"Джереми Нарби любит вникать в тайны жизни,
и в «Растениях - учителях» он
и соавтор Рафаэль Чанчари Пизури
превосходно продолжают это благородное занятие".
— КРИС КИЛХЭМ, охотник за лекарствами

РАСТЕНИЯ - УЧИТЕЛЯ

Аяуаска, табак
и
стремление к знаниям

Джереми Нарби
Рафаэль Чанчари Пизури

Похвала «Растениям – учителям»

«Замечательная книга, всеобъемлющая и краткая, объединяющая культуры в то время, когда мы в ней больше всего нуждаемся. Джереми Нарби, на этот раз с помощью Рафаэля Чанчари Пизури, снова приглашает науку в танец — учиться, смеяться и помнить».

- ДЖОЗЕФ ТАФУР, доктор медицинских наук, автор книги «Братство реки: исследование доктором традиционной амазонской растительной медицины».

«Учителя растений» предлагают редкий взгляд на мировоззрение перуанского целителя Рафаэля Чанчари Пизури. Антрополог Джереми Нарби — наш проводник, соединяющий западную науку с традиционными знаниями, деликатно и уважительно преодолевая этот разрыв. В первой главе описывается аборигенное верование в то, что у некоторых видов растений есть «владелец» или «мать» — «нечто вроде личности» — и что можно учиться из этого нечеловеческого источника. Эта книга дает жителям Запада возможность расширить свое представление о реальности и погрузиться в волшебные глубины амазонских джунглей, в совершенно другой вид обучения».

— РЕЙЧЕЛ ХАРРИС, автор книги «Слушая аяуаску: новая надежда на депрессию, зависимость, посттравматическое стрессовое расстройство и тревогу».

«Табак является выдающимся лекарственным растением Америки, но лишь немногие антропологи когда-либо обращали на него внимание. Эта книга может быть первой, в которой серьезно и уважительно рассматривается духовная роль табака в культуре коренных народов. Половина книги посвящена аяуаске, и она вносит ценный вклад в литературу по аяуаске, предлагая понимание культуры шави и обсуждение фармакологии аяуаски, которое является одним из самых подробных, современных и доступных для чтения, которые я когда-либо видел. Но то, что делает эту книгу выдающейся и даже уникальной, — это рассмотрение темы табака. Сопоставляя аяуаску и табак как растений - учителей, эта книга показывает, что к табаку нужно относиться так же серьезно, как и к аяуаске. Растения - учителя могут открыть двери для нового взгляда на табак».

— ГЕЙЛ ХАЙПАЙН, лингвист и автор книги «Раскрытие тайны происхождения аяуаски».

«Джереми Нарби давно интересуется подтверждением знаний коренных народов в свете науки. Здесь он сопоставляет интервью, основанное на фактах развенчание неверных представлений о табаке и переосмысление предположений об аяуаске, усиленной ДМТ, чтобы получить продуктивные идеи. Взгляды Рафаэля Чанчари Пизури основаны как на традициях его предков, так и на его знакомстве с биомедициной: он явно искатель межкультурных знаний. Сократический обмен мнениями о местном понимании экологии в анимистическом мировоззрении открывает маленькое, но неотразимое окно в сложность амазонских шаманских знаний о растениях. Являются ли роговые черви, которые охотятся на табачные растения, вредителями или ценными «духовными владельцами» или и тем, и другим?

Это не просто редукционистское сопоставление науки и восприятий шави, эта небольшая книга, наполненная ссылками, подводит читателя к освежающему, открытому вопросу. Переплетая в диалоге «стремление к знаниям» его и Чанчари, Джереми Нарби успешно избавляет от экзотики как амазонское шаманское, так и возможное глобальное терапевтическое использование табака и аяуаски, сближая их».

— ФРАНСУАЗА БАРБИРА ФРИДМАН, доцент кафедры социальной антропологии Кембриджского университета.

«Джереми Нарби любит вникать в тайны жизни, и в «Растениях - учителях» он и соавтор Рафаэль Чанчари Пизури превосходно продолжают это благородное занятие. Взяв сложную тему табака как священного лекарства, им удается разобраться во всем этом так, как это не пробовали другие. Большая часть книги представляет собой диалог между авторами. Рафаэль, коренной житель племени шави и медик из Перу, предлагает опытные советы и уникальные идеи для обсуждения растений и их использования. Он удивительно приземлен и прямолинеен. Длинное объяснение аяуаски сделано очень хорошо, и книга содержит огромное количество ссылок. Это прекрасная работа. Браво!"

— КРИС КИЛХЭМ, охотник за лекарствами

Джереми Нарби, как всегда, блестящий сторонник «бикогнитивного» сознания с его обычной кристальной ясностью и точностью скальпеля продолжает свое уникальное исследование того, как противоречие между научным и шаманским путями к знанию может спровоцировать проникновение новых идей. В диалоге со своим глубоко информированным, очень искушенным собеседником, целителем Шави Рафаэлем Чанчари Пизури, Джереми погружается в редко обсуждаемые аспекты традиционного использования амазонских растений и самые последние научные исследования по этой теме, предлагая столь необходимую корректировку в области, недавно наводненной большим количеством полусырых, чрезмерно романтизированных подходов к шаманизму».

— JP HARPIGNIES, автор книг «Заблуждения нормальности» и «Встречи с животными» и редактор журнала Visionary Plant Consciousness.

«Джереми Нарби снова сделал это. Это как раз та книга, которая нужна в наше время: мост между местными знаниями и западной наукой, одновременно строгая и доступная. Нарби с глубоким уважением относится к обоим способам познания и мастерски примиряет их вместе в целостной перспективе, которая больше, чем сумма ее частей. Книга для всех, кто интересуется миром растений - учителей, аяуаски или табака».

- ХЕРОНИМО МАЗАРРАСА, Международный центр этноботанического образования, исследований и услуг (ICEERS)

Библиотека Нового Света

14 Памарон Уэй, Новато, Калифорния 94949

Copyright © 2021 Джереми Нарби и Рафаэль Чанчари Пизури

Все права защищены. Эта книга не может быть воспроизведена полностью или частично, сохранена в поисковой системе или передана в любой форме и любыми средствами — электронными, механическими или другими — без письменного разрешения издателя, за исключением рецензента, который может цитировать краткие отрывки в обзоре.

Материал этой книги предназначен для обучения. Он не предназначен для замены диагностики и лечения квалифицированным практикующим врачом или терапевтом и не представляет собой пропаганду незаконной деятельности. Любое применение материала, изложенного на следующих страницах, осуществляется на усмотрение и риск читателя, и автор и издатель не несут никакой ответственности за какие-либо действия, предпринятые сейчас или в будущем. Никакие явные или подразумеваемые гарантии последствий использования рекомендаций не могут быть даны или не может быть взята на себя ответственность.

Текстовый дизайн Трейси Каннингем и Тоны Пирс Майерс.

Иллюстрации © Yvonne Byers; © Shutterstock.com

Данные каталогизации публикаций Библиотеки Конгресса

Имена: Нарби, Джереми, автор. Пизури, Рафаэль Чанчари, автор.

Название: **Растения - учителя: аяуаска, табак и стремление к знаниям / Джереми Нарби, с Рафаэлем Чанчари Пизури**.

Другие названия: **Аяуаска, табак и стремление к знаниям.**

Описание: Новато, Калифорния: Библиотека Нового Света, [2021] | Включает библиографические ссылки и указатель. | Резюме: «Западный антрополог и местный перуанский шаман ведут межкультурный диалог о сходстве между табаком и галлюциногеном аяуаска и роли этих веществ в культурах коренных народов региона Амазонки». Предоставлено издателем.

Идентификаторы: LCCN 2021021168 (печать) | LCCN 2021021169 (электронная книга) | ISBN 9781608687732 (твердый переплет) | ISBN 9781608687749 (электронная публикация)

Субъекты: LCSH: Индейцы Южной Америки — Употребление наркотиков — Перу. | Индейцы Южной Америки — Употребление табака — Перу. | Аяуаска — физиологический эффект — Перу. | Табак — физиологический эффект — Перу. | Традиционная медицина — Перу. | Традиционная медицина — долина реки Амазонки. | Этнофармакология — Перу. | Этнофармакология — долина реки Амазонки.

Классификация: LCC F3429.3.D79 N37 2021 (печать) | LCC F3429.3.D79 (электронная книга) | ДКД 615.3/2369—дк23

Запись LC доступна по адресу https://lccn.loc.gov/2021021168.

Запись электронной книги LC доступна по адресу https://lccn.loc.gov/2021021169.

Первая печать, август 2021 г.

ISBN 978-1-60868773-2

ПРЕДИСЛОВИЕ

Эта книга вносит ценный вклад в литературу об аяуаске. Но то, что выделяет её — действительно, то, что делает её уникальным, — это его подход к теме табака.

Табак является выдающимся лекарственным растением Америки. Любое другое лекарственное или энтеогенное растение используется только в определенных регионах, но табак используется во всех частях Северной Америки — в Северной, Центральной, Южной и Карибском бассейне.

Тем не менее табак практически не упоминается антропологами. Антрополог, работавший с ачуарами в эквадорской Амазонии, собирал информацию об их лекарственных растениях, пока не понял, что никогда не видел, чтобы кто-то действительно использовал эти растения во время болезни. От каждой болезни они использовали табак. Так что он просто потерял интерес к использованию их лекарственных растений. Как и большинство антропологов Амазонии, он не стремился больше узнать о табаке.

Некоторые авторы, такие как Йоханнес Уилберт, в своей книге «Табак и шаманизм в Южной Америке» намекают, что шаманское употребление табака может быть лишь прикрытием никотиновой зависимости. В самом деле, Уилберт почти предполагает, что в Южной Америке шаманизм сам по себе может быть просто предлогом для потребления табака в абсурдных количествах всеми возможными путями. На самом деле, в некоторых североамериканских культурах табак традиционно вообще не употребляют. По крайней мере, не людьми.

У североамериканских индейцев, как и у моих предков, народа ктунакса, табак считается пищей для духов. Табак можно посыпать или бросить в огонь, чтобы усилить молитвы. Во время посиделок табак предлагают другим растениям, чтобы поблагодарить и отплатить растениям за их помощь, укрепив дух растений силой табака.

Табак предлагают тем, кто просит помощи у духов. Щепотку табака можно положить к основанию дерева с молитвой о помощи дереву, во многом так же, как мешочек с табаком предлагают знахарю, чтобы попросить его о помощи.

Табачный дым можно выдувать на человека или предмет, чтобы защитить или укрепить его. Он используется для подпитки энергий защиты, как кормление сторожевых псов, чтобы они оставались сильными. Табак как рупор для наших молитв.

Ни в одном из них не используется курение. Даже во время Церемонии трубки табак не вдыхают, а берут только в рот и выдувают в качестве подношения.

Традиционно табак иногда курили в уединенной или коллективной медитации, но никогда небрежно или неуважительно, занимаясь другими делами.

Духи могут поглотить энергию табака только в том случае, если есть намерение человека передать ее им. Если немного табака просто упадет к основанию

дерева и сгниет там, он не накормит дух дерева. Табак — усилитель нашего намерения.

Таким образом, если табак выращивается, обрабатывается и предлагается с целью вызвать у людей зависимость и заработать деньги, он также будет преследовать эту цель. И, как мы все знаем, при небрежном, неосознанном и неуважительном употреблении табак может вызывать болезни и убивать людей.

Но даже коммерческий табак, выращенный с низкими намерениями и фальсифицированный химическими веществами, можно предложить духам. Говорят, что в наши дни так мало людей предлагают духам табак, что духи изголодались по нему, а если ты голоден, ты не отворачиваешься от еды, даже если это нездоровая пища.

В укромных уголках резерваций знахари до сих пор выращивают священный табак. Некоторые используют семена, переданные из давних времен в родословной, которая никогда не использовалась ни для чего, кроме священных целей. Они поют табаку, пока он растет, и наполняют табак своими песнями.

Табак выращивали в Северной Америке везде, где он мог бы расти, и продавали там, где его не выращивали. Вероятно, это было первое растение, выращенное в Америке. Даже народы, которые не занимались выращиванием семян для производства продуктов питания, выращивали табак (доказывая, что люди, которые вели образ жизни охотников-собирателей, делали это не из-за незнания семян). Табачные равнины, штат Монтана, названы в честь богатых табачных плантаций народа ктунакса.

Но возделываемый там табак не был ни Nicotiana tabacum, ни Nicotiana rustica, изначально возделываемых соответственно на востоке и юго-западе Северной Америки и знакомых нам, соответственно, как папиросный табак и мапачо, или шаманский табак. (Оба вида происходят из Южной Америки и, по-видимому, являются антропогенными.) Видом, наиболее часто используемым коренными народами на западе Северной Америки за пределами юго-запада, была Nicotiana quadrivalvis с низким содержанием никотина, а на юго-западе также культивировалась Nicotiana attenuata. Когда появился коммерческий табак, многие люди сочли его слишком крепким для курения, поэтому они смешивали его с кинникинником или корой красной ивы. Это снова противоречит представлению о том, что священное употребление табака является лишь прикрытием никотиновой зависимости.

Как и тот факт, что, когда табак был завезен в Сибирь, местные шаманы признали его силу и использовали его для шаманского использования. Он был введен русскими для рекреационного использования, вероятно, в 1600-х годах, и многие из их людей начали курить для развлечения. Но шаманы почувствовали его истинное предназначение. Когда табак попал в Монголию, тамошние шаманы тоже его переняли.

Некоторые коренные американцы говорят, лишь наполовину иронизируя, что причина, по которой люди были помещены на Землю, заключалась в том, чтобы

выращивать табак для духов, потому что духи не могут делать это сами. Когда я приехал на Амазонку, я был поражен, услышав то же самое от коренных жителей.

Я также был поражен, услышав, что амазонские шаманы пьют табачный чай. Никотин более смертоносен в пересчете на вес дозы, чем мышьяк или цианид, а употребление табака внутрь может привести к летальному исходу. Конечно, подумал я, табачный чай, который они пьют, должен быть очень слабым.

Но я мало слышал об этой практике, пока мой друг не пошел в ученики к ячаку, или шаману, из народа напо руна в Эквадоре. Мой друг думал, что он учится, чтобы стать аяуаскеро, или шаманом аяуаски. Но как только он взял на себя обязательство, ему открылся «секрет» исцеления аяуаской: табак. «Аяуаска только помогает увидеть работу, которую нужно сделать», — сказал ему ячак. «Табак дает вам возможность сделать это».

Недостаточно воспринимать духовный мир; нужно уметь воздействовать и на него. Любой может пить аяуаску, и местные жители часто пытались вылечить свои болезни, выпивая аяуаску сами, прежде чем отправиться к профессиональному аяуаскеро, например, пробуя домашние средства перед походом к врачу. Когда они обратились к айяуаскеро, это произошло потому, что он мог что-то сделать. И эта способность исходила от силы табака.

Табак – это «мускулы» работы. Курандеро, или целитель, должен сражаться в духовном мире. Поэтому он должен создать своих внутренних солдат, или бойцов. Для этого нужно пить табак — Nicotiana rustica, в котором очень много никотина.

Моему другу давали ежедневно есть небольшое количество табака, и один или два раза в неделю он должен был пить чай с табаком, от чего он болел и чувствовал себя несчастным. Однажды я сам участвовал в ритуале курения табака и узнал, что он чувствовал. Мое тело знало, что оно отравлено. Рвота не облегчала тошноту, потому что тошнота исходила не из кишечника, а из мозга — как морская болезнь. Мне хватило одного опыта употребления табака. Тем не менее, я продолжал принимать настои табачного чая. Было бодряще чувствовать, как маленькие дозы яда стекают по моему горлу. Но моему другу приходилось пить табак снова и снова, во все более сильных дозах, в течение нескольких месяцев.

Табак относится к роду Datura. Это двоюродный брат бругмансии (также известной как тоэ, вадук и труба ангела), дурмана, белладонны и мандрагоры — растений, которые, подобно табаку, черпают свою силу из близости к миру смерти.

Как яд, никотин действует на нервную систему. Но выпитый в постепенно увеличивающихся дозах создает толерантность, и эта толерантность постоянна. А это значит, что он вызывает какие-то необратимые изменения в нервной системе.

Как и у многих амазонских народов, у напо-руна есть одно и то же слово для обозначения «лекарства» и «яда» — хамби. Отравившись и выжив, мой друг изменился. Табак больше не был для него смертельным. Он мог выпить дозы, которые убили бы обычного человека. Теперь он мог пройти невредимым до порога смерти.

Он обнаружил, что визионерское царство табака отличается от царства любого другого энтеогена. Но видения не были главной причиной, по которой его заставили пить табак. Многие растения дают видения. Причина, по которой начинающий айяуаскеро должен пить табак, заключается в его силе. Очень опытные табачные шаманы развивают способность выпивать неограниченное количество табака без вреда для себя. Но научиться управлять этой силой — другая задача.

Эта книга дает нам представление о табачных обычая других амазонских культур, шави и ашанинка. Несмотря на различия, глубокое уважение к табаку одинаково.

Сопоставляя аяуаску и табак как растений - учителей, эта книга показывает, что к табаку следует относиться так же серьезно и относиться с таким же уважением, как и к аяуаске. Это делает эту книгу уникальной среди растущей литературы об аяуаске и амазонском шаманизме.

— Гейл Хайпайн, лингвист и автор книги «Раскрытие тайны происхождения аяуаски».

ВВЕДЕНИЕ

Мое первое знакомство с табаком в качестве растения - учителя произошло в 1985 году, когда я жил в общине народа ашанинка в перуанской Амазонии. Это были люди, которые думали, что такие растения, как табак и аяуаска, могут передавать знания тем, кто их употребляет; и, по их мнению, табак был растением - учителем номер один. Когда у ашанинка возникали проблемы или недомогания, они обращались за консультацией к серипиари, что на их языке означает «табачный шаман».

Со своей стороны, я не имел особого отношения к сигаретам или сигарам и не думал, что можно многому научиться, куря их. Я вырос с отцом, который был заядлым курильщиком, ставшим ярым противником курения, и матерью, которая курила только на улице, как бы скрываясь, и я рассматривал курение табака как нездоровую трату времени. Мне как молодому антропологу было интересно понять взгляды коренных жителей Амазонки.

По прошествии месяцев в этом аборигенном сообществе моим главным собеседником стал человек по имени Карлос Перес Шума. Ему было сорок пять лет, и он оказался табачным шаманом. Мы часами разговаривали по-испански, и он рассказывал истории из своей жизни, многие из которых были связаны с табаком: как его дядя научил его курить, когда он был молод; как это защищало его от опасностей и врагов всех видов; как оно привлекало невидимых существ, называемых манинкари, которые оживляли все живые существа. Однажды, увидев, как Карлос Перес дует табачным дымом на больного ребенка, которого кто-то принес для сеанса исцеления, я спросил его, как табак может помочь в таких случая.

Он ответил: «Я всегда говорю, что свойство табака в том, что он показывает мне реальность вещей. Я могу видеть вещи такими, какие они есть. И это избавляет от всех болей».

Некоторые из историй, рассказанных Карлосом Пересом о табаке, противоречили моему пониманию реальности, но я полагал, что моя работа как антрополога состоит не в том, чтобы выражать скептицизм, а в том, чтобы записывать точку зрения человека его собственными словами и задавать вопросы, если я чего-то не понимаю. Однажды он рассказал мне о кончине своего тестя, известного табачного шамана: «Он пил свой табак, как воду; он брал его и пил так, как будто это было ничто. И тогда он мог делать то, что хотел. А еще лучше, он бы превратился в ягуара на глазах у всех».

- Действительно? - спросил я.

- Вот почему его убили, потому что он часто превращался в ягуара и нападал на скот, - продолжил он.

- Нападал на крупный рогатый скот? - спросил я, не уверенный, что правильно понял.

- Нападал на крупный рогатый скот, - ответил он.

- Чей скот?

- Колонистов.

- Почему он нападал на их скот?

- Потому что он хотел с ними пообщаться. Итак, они убили ягуара, вынули сердце и сварили его с пеплом, смолой и острым перцем. А так как сама душа моего тестя вышла из него и оказалась в ягуаре, это повергло его в шок. Потому и умер - не от болезни, а умер в душе».

- Значит, его убили колонисты?

- Нет, скот был у колонистов, но они наняли ашанинков, чтобы убить ягуара. Потому что, если настоящий ягуар атакует скот, вы можете выстрелить в него и убить. Но если в нем есть душа табачного шамана, в него можно стрелять с близкого расстояния, и он все равно может прыгать, и даже если вы стреляете оттуда, вы не можете его убить, потому что это человек [“porque es gente”].

- Так как же им удалось убить душу твоего тестя?

- Потому что они предали его. Пока готовили сердце ягуара, мой тесть рассказывал нам, что он уже трижды убегал. Он сказал: «Я не знаю, как я умру, потому что многие хотят убить меня, но не смогут». Может быть, пришло время, когда он больше не мог уклоняться; может быть, они использовали что-то тайное, и он отказался от своего тела, а они высосали его душу. Вот как он умер. Потому что он умер толстым и здоровым».

- Здоровым?" - спросил я.

- Здоровым. А в момент его смерти горел запах пороха. Вот почему он сказал: «Теперь они меня поймали. Кажется, что я больше не могу жить, потому что на самом деле они сварили мое сердце, так что у меня нет жизни». В момент смерти с него капала вода, как будто его облили водой. Его пот лился, потому что его сердце было сожжено в огне; потому и сгорел. Так оно и было.

Когда Карлос Перес рассказал мне эту историю, я понял, что не думаю, что описанные в ней события возможны. Будучи дитём рационализма и материализма, я не думал, что душа человека может вылететь из тела под воздействием сильной дозы табака, поселиться в живом ягуаре и застрять там до такой степени, что однажды станет причиной смерти человека: физическое сердце ягуара было вырезано и приготовлено в перце чили. И я действительно не знал, что делать с такой историей.

Прожив год в этой общине ашанинка, я сопровождал Карлоса Переса в гостях у его старого учителя табачного шамана, который жил в горах примерно в часе ходьбы от него. Мужчине на вид было не менее восьмидесяти лет, так как он был весь в морщинах, но Карлос Перес сказал мне, что никто не знал его точного возраста, потому что он родился до того, как ашанинские люди начали считать годы, вероятно, в первые годы двадцатого века. Он сидел на циновке в хлопчатобумажном халате и ел табачную пасту из маленькой палочки, которая помещалась в тыкву.

Когда меня представили, он посмотрел на меня с блеском в глазах и спросил, не являюсь ли я его тестем. В то время мне не было и трети его возраста, так что это явно была шутка. Я решил подыграть старику и ответил да. Он засмеялся и снова спросил меня: «Конки [тесть]?» — Да, — ответил я. Он задавал мне один и тот же вопрос около двадцати раз подряд. Каждый раз я отвечал «да», и его смех становился немного длиннее. (Позже в тот же день я узнал от Карлоса Переса, что вопрос также означал: «Могу ли я иметь сексуальный доступ к вашим дочерям?» — так что шутка была надо мной.)

Я положил конец нашему разговору, спросив, могу ли я попробовать немного его табачной пасты. Он вручил мне тыкву, и я зажал между губами добрую палочку, а затем сел в стороне, чтобы двое мужчин могли обсудить свои дела. Немного посидев так, ни о чем особо не думая, я провел языком под передними зубами, а они показались мне особенно длинными и острыми. А на моем лице, казалось, по бокам росли кошачьи усы, которые позволяли мне острее ощущать окружающую среду. Во рту у меня был привкус крови, и хотя я был вегетарианцем, вкус мне нравился. Мои чувства говорили мне, что я превращаюсь в кошку. Это было не то, что я считал возможным, но впечатление казалось реальным. Это кошачье ощущение заставило меня почувствовать тепло, силу и мудрость. Я присмотрелся к курам, кудахтавшим неподалеку, и, как доброжелательный ягуар, решил не набрасываться на них. Я помню, как сказал себе: «Знаешь, табачная паста сильна, когда антрополог начинает нападать на цыплят!»

Это кошачье и хищное впечатление, длившееся около получаса и затем перешедшее в ощущение спокойствия и ясности, было настолько ярким, что остается со мной до сих пор. Но прошло много времени, прежде чем я почувствовал, что могу обсуждать это публично.

Прошли годы после этого опыта, и я держался на расстоянии от табака. Меня позвало не растение — к счастью, потому что я знал, что его регулярное употребление может нанести вред здоровью человека.

Тем не менее, я продолжал уважать это растение, потому что коренные амазонцы настаивали на его центральной роли, и потому что я ценил свое короткое знакомство с ним. Чувствовать своим телом, каково это быть ягуаром, было опытом, за который я был благодарен, но не тем, который мне хотелось бы повторить.

Я не думал, что действительно превратился в ягуара каким-либо измеримым образом. Скорее, у меня была интенсивная телесная память о впечатлении «быть кошкой», которое я мог использовать по своему желанию и использовать как источник силы и мужества.

Но я научился не говорить об этом с жителями Запада, потому что эта тема, казалось, вызывала у людей беспокойство. Даже элементарное обсуждение точки зрения амазонцев на табак вызывало непонимание. Люди напоминали мне, что употребление табака ежегодно приводит к преждевременной смерти миллионов курильщиков, а международные органы здравоохранения назвали его «наиболее предотвратимой причиной смерти в современном мире» - так как же кто-то может рассматривать растение как источник знаний и исцеления?

Мне казалось очевидным, что западная точка зрения основывалась на понимании воздействия сигарет промышленного производства, которые представляли собой фальсифицированную версию растения, чаще всего с примесью промышленных химикатов. И также казалось очевидным, что коренные жители Амазонки обладали ноу-хау в отношении табака, которые, возможно, могли быть полезны курильщикам всего мира и людям, стремящимся понять это мощное растение. Но между двумя мирами была пропасть, которую было трудно преодолеть.

Годы продолжали идти. В 2010 году ушел из жизни Карлос Перес Шума. Долгое время после этого я едва мог смотреть стенограммы интервью, которые мы давали вместе. Он был знающим человеком и мастером - рассказчиком, и мне его очень не хватало.

В 2018 году, через тридцать три года после того, как я впервые столкнулся с амазонским табаком, я почувствовал призыв вернуться к этой теме. Никакое конкретное событие не вызвало этого; это произошло скорее как спелый плод, падающий с дерева. Внезапно я понял, что хочу взглянуть на табак с точки зрения амазонцев.

Я связался с Рафаэлем Чанчари Пизури, местным экспертом по этому вопросу и старейшиной народа шави. Он работает недалеко от Икитоса, в перуанской Амазонии, где обучает молодых учителей из числа коренных народов. Он также описывает себя как médico, испанское слово, означающее «врач» или «целитель», используемое в местном масштабе для обозначения специалистов, которые лечат людей с помощью местной медицины. Табак играет важную роль в его практике.

Я сказал Рафаэлю Чанчари, что мне интересно попытаться наметить правильный подход к этому могущественному растению - учителю. Я уже несколько раз брал у него интервью, и он с готовностью согласился поделиться своими знаниями, ответив: «Табак — важное лекарственное растение, и его более глубокое значение зависит от того, как его использовать». Мы встретились в Икитосе, и наш последующий разговор о табаке является темой главы 1. Я записал наш диалог на испанском языке, а затем перевел его на английский.

Несколько месяцев спустя я начал углубляться в новейшую науку о табаке. Моя цель привнести науку в дискуссию состояла не в том, чтобы подтвердить или опровергнуть знания об Амазонке, а в том, чтобы сопоставить две точки зрения и посмотреть, как они выстраиваются рядом друг с другом. Я проанализировал научную литературу по разным вопросам, высказанным Рафаэлем Чанчари, и, к моему удивлению, обнаружил значительное соответствие между знаниями коренных народов и современной наукой. Это тема главы 2.

В этот момент стало ясно, что Рафаэль Чанчари и я начали зарождающийся исследовательский проект, который объединил два способа познания и позволил получить более полное представление о мощном и часто опасном растении. Я предложил последовать той же процедуре и обратить внимание на другое психоактивное растение из Южной Америки, лозу аяуаска. Это растение только недавно прославилось, к лучшему или к худшему. Он составляет основу одноименного растительного напитка, который некоторые считают потенциальным средством от депрессии, травм, беспокойства и аддиктивного поведения, а также

инструментом для личного исследования и роста; и который другие считают опасным галлюциногеном.

Рафаэль Чанчари имеет большой опыт работы с аяуаской, которую он использует вместе с табаком в своей медицинской практике. Спустя почти год после нашего первоначального диалога мы снова встретились, на этот раз для обсуждения аяуаски. Этот обмен является предметом главы 3.

После этих разговоров о табаке и аяуаске мы с Рафаэлем Чанчари договорились вместе написать короткую книгу, в которой были бы представлены как местные, так и научные взгляды на эти два растения.

Как и в случае с табаком, я изучил новейшую научную литературу об аяуаске, руководствуясь пониманием Рафаэля Чанчари, и обнаружил, что амазонская точка зрения помогла мне разобраться в новой области научных исследований. Это тема главы 4.

Как соавторы, мы рассматриваем науку и знания коренных народов как дополняющие друг друга, несмотря на определенные различия. Объединяя их, наша первая цель — позволить им существовать бок о бок. Таким образом, читатели могут рассмотреть оба и сделать свои собственные выводы.

Эта книга написана двумя авторами, посвящена двум растениям и объединяет две системы знаний. Надеемся, вам понравится.

ГЛАВА 1. Медицина и Злоба

Табак с точки зрения коренных народов

Nicotiana tabacum

Однажды поздно утром мы с Рафаэлем Чанчари встретились в школе, где он преподает. Это относительно невысокий мужчина лет пятидесяти с добрым видом. Мы сидели в тихой комнате, и я включил диктофон.

Жители Амазонки часто обращаются к «владельцу» или «матери» отдельных видов — что-то вроде личности — поэтому я начал с вопроса Рафаэлю Чанчари, говорят ли народ шави о «владельце» табака.

- Да, мы, народ шави, говорим, пинши ва'ян, что означает душу или дух табака; и пинши а'шин, что означает мать табака, тот, кто его открыл или тот, кто его изобрел, тот, кто посеял его в первый раз. Эта мать - человек-гусеница - кунтан, как мы говорим. У этой гусеницы есть научное название; Я видел это в Интернете. Итак, согласно нашей культуре, это мать.

Он говорил тихим голосом и отчетливо произносил каждое слово.

- Мать — мужчина? – Спросил я.

- Мужчина, - ответил он, соглашаясь. «Но преображенный. Это целая история. У табака есть душа, у него есть дух, который бывает двух родов: лекарство и злоба [maldad], или то, что мы называем по-испански колдовством [brujería]. У него два духа.

- У всех ли растений есть два духа или только у табака?

- Все растения, обладающие силой, — иначе говоря, растения-учителя: аяуаска, табак, тоэ, катахуа, пальма чамбира — имеют два духа или две души. Так что человек, работающий с этими растениями, должен сделать выбор: учиться медицине или злому умыслу. И духи этих растений предлагают вам этот выбор, потому что они не мелочны. Иногда они хотят научить вас обоих. Но выбирает человек.

Чтобы лучше понять «мать» табака, я спросил Рафаэля Чанчари, видел ли он когда-нибудь эту сущность во время работы с растениями-учителями.

- Да, — ответил он, — но матери я не видел; Я видел ее душу.

- Но в чем разница между душой, духом и матерью растения? – спросил я.

- На языке шави у всех существ — таких как деревья, рыбы, птицы, млекопитающие и рептилии - есть души или матери. Но я слышал, что в испанском есть разница между «душой» [alma] и «духом» [espíritu]; они говорят, что у людей есть души, а у растений и животных есть духи. Вот почему я иногда использую слово «дух» для обозначения душ растений. Душа или дух растения — это сущность, специфичная для этого растения. В то время как мать растения специфична для его вида.

Будучи двуязычным человеком, Рафаэль Чанчари думал о мире на своем родном языке, шави, и когда он выражался на своем втором языке, испанском, он позволял себе вольность; хотя он знал, что в испанском языке слово «душа» используется только для людей, он все равно использовал его для обозначения растений и животных, потому что не видел принципиальной разницы между душами людей и душами других видов. Это то, что антропологи называют анимистом — другими словами, тот, кто рассматривает все живые существа как субъекты или личности.

Далее он объяснил, что существует два основных типа табака — один с толстыми двойными листьями, другой с маленькими тонкими листьями — и оба можно использовать для изготовления мапачо, или шаманского табака. «Тот, у которого двойные листья, сильнее. Можно предположить, что в нем содержится большее количество природных химических веществ для видений».

Это побудило меня спросить, считает ли он, что существует связь между никотином и матерью табака.

- Очевидно, что никотин — это то, что активирует наши нейроны таким образом, что позволяет нам воспринимать незаметное в наших видениях и снах», - ответил он. Вот как мы можем обнаружить, что у растений есть дух. Дух есть образ растения в мире видений. Мать является существом как физическим, так и духовным. Гусеницы - мать табака, и у них есть дух, который может вас научить.

Рафаэль Чанчари не видел противоречия между матерями растений и духами, с одной стороны, и нейронами и молекулами, с другой. По его мнению, для восприятия матери табака необходимы никотин и нейроны. Его подход включал науку, которая помогала диалогу между нами.

- А вы работаете с табаком? – спросил я.

- Да, я курю.

- Итак, когда вы видите душу этого растения, на что она похожа?

- Послушайте, эти два вида табака, о которых я вам говорю, если вы приготовите их, добавив некоторое количество ингредиентов из других лесных растений, обладающих силой, это сделает их сильными и научит вас медицине или колдовству. А что касается его души, то я ее видел. Она гигантская и мужественная - высокий коричневый мужчина, цвета табака. Это душа табака, тот, кто учит вас.

- И когда вы видите этого высокого коричневого мужчину, это существо вызывает у вас страх? Или это приятно, или очаровательно? Какова личность табака?

- Как существо, оно не вызывает чувства страха. Вы можете быть в его присутствии. Оно только внушает страх, потому что учит злому умыслу. Это его линия; это линия готового табака.

Рафаэль Чанчари, казалось, предположил, что у табака есть что-то вроде политической программы или партийной линии. Но прежде, чем я успел расспросить его об этом, он начал объяснять, как делать «готовый табак». Во-первых, нужно защитить молодое растение табака от зеленой гусеницы, которая ищет его в качестве пищи.

- Это та же самая гусеница, что и мать растения? – спросил я.

- Да, и если ты оставишь это и не позаботишься о своем растении, гусеница съест его. Это настоящий позор, но для гусеницы табак — это еда.

Он сказал, что когда здоровые листья табака желтеют, их собирают и сушат. Это мапачо в его простой форме. Но для производства готового табака сначала нужно приготовить пасту, сварив центральные жилки высушенных листьев с различными растениями, включая имбирь, корицу, ваниль, гигантскую лозу clavo huasca и ароматную лозу sacha camote. Эту смесь уваривают до состояния пасты, дают ей остыть и намазывают на высушенные листья мапачо, которые затем скручивают вместе и снова высушивают. «А вот приготовленный табак учит вас колдовству. Раньше мои люди готовили так, а теперь все реже и реже. Раньше им лечили, а потом курили; они посвящали себя этому и практиковали это.

- Раньше вы спрашивали меня, на что похожа душа или личность табака, - сказал он, имея в виду «высокого коричневого мужчину», о котором он упоминал ранее. Ну, он тебя не пугает, а бывает, что он хочет научить тебя злобе. Другими словами, в духовном мире, в лесу, в воде есть сильные духи, которые могут вам навредить, и этот табак хочет научить вас этому».

- Почему, по-вашему, оно хочет учить этому?

- Допустим, это деятельность духов растений. Подобно тому, как медицина есть деятельность, а лечение и врачевание приносят удовлетворение, так и для растений то же самое: злоба есть деятельность, которую они совершают для собственного удовлетворения. Но для людей злоба болезненна, неудовлетворительна и трудна. Сила этих растений может привести к человеческим жертвам. В этом их миссия:

научить нас практиковать свою деятельность по их линии, причинять вред. Прокалывание человеческого тела способом, который приводит к гибели людей, является для них занятием. И наоборот, медицина — это тоже деятельность, которую мы развиваем, чтобы исцелять, дарить жизнь и продлевать жизнь. А сам табак действительно продлевает жизнь, потому что лечит. Простой табак мапачо, вроде того, что продают на рынке Белена [большой рынок под открытым небом в Икитосе], можно использовать в качестве лекарства, и его можно курить таким, какой он есть.

- Если табак - лекарство, какие болезни он лечит? – спросил я.

- Табак снимает сонливость, лечит некомпетентность и лень у людей и у собак. Здесь мы говорим о людях, которые живут «легко» — о людях, которые не прилагают никаких усилий для изучения навыков, необходимых для производства пищи, которую они едят, чтобы остаться в живых. Табак может вылечить это. Он также может вылечить людей, которые из-за чистой лени не умеют что-то делать. В более общем смысле, он служит для передачи силы, возможностей и способностей, но для того, чтобы учение возымело эффект, требуется икарос [исцеляющие песни/песнопения]. Табак также помогает лечить укусы змей и укусы жалящих муравьев. И это усиливает мужские и женские гормоны. А при добавлении к другим антиканцерогенным растениям усиливает их действие.

- Так почему же это вызывает рак у курильщиков сигарет?

- Традиционные потребители табака не страдали от рака легких или рака рта. Но потребители «хороших» сигарет заболевают раком, потому что потребляют их в избытке и без правил. В жизни вредны все вещи, употребляемые в избытке. Дым не подходит для потребления человеком. В малых дозах табачный дым целебен, но в избытке он разрушает клетки и портит организм.

Какое-то время мы сидели молча. Слова Рафаэля Чанчари казались точными и связными.

Прежде чем я успел сформулировать еще один вопрос, он возобновил обсуждение использования табака: «Табачным дымом можно излечить страх. И он служит для отпугивания змей и удержания их на расстоянии. Он также отпугивает речных дельфинов. То же самое происходит с плохими духами во время сеансов аяуаски. Для всего этого можно использовать табак, а также для лечения людей, которые уже не умеют охотиться и ловить рыбу. Табак позволяет обмениваться с сахаруной («лесным человеком» или «лесными людьми» на языке кечуа). Если вы хотите связаться с сахаруной, потому что вы хотите попросить его отказаться от своих птиц и животных, чтобы вы могли охотиться, вы кладете сигарету мапачо на большую ветку дерева лупуна, потому что это его дом».

К некоторым утверждениям Рафаэля Чанчари можно подойти с научной точки зрения — например, обратиться к научной литературе о влиянии употребления табака на половые гормоны. К другим, такие как существование невидимого леса, являющегося сахаруной, не возможно, по крайней мере, на данный момент. Но я не хотел, чтобы это стало препятствием в нашем разговоре; в межкультурном диалоге, таком как тот, что был у нас, основная вежливость заключалась в учете точки зрения другого человека. Если Рафаэль Чанчари чувствовал себя комфортно, обсуждая

никотин и нейроны, я тоже должен чувствовать себя комфортно, обсуждая «мать табака» и сахаруну, лесного человека.

Жители Западной Амазонии широко считают сахаруну «хозяином леса». Но антропологи отмечают, что дискуссии об этом существе часто уклончивы; как выразился Питер Гоу: «Никогда не очень ясно, является ли сахаруна одним духом для всего леса или множеством духов, каждый из которых обитает в определенной области». Я нахожу интригующим, что такая двусмысленная и невидимая сущность, как сахаруна, ценит табак. Но я оставил этот вопрос в воздухе, потому что у меня было несколько практических вопросов к Рафаэлю Чанчари.

Я спросил, есть ли у него какой-нибудь совет для многих людей во всем мире, которые курят сигареты, содержащие слабую форму табака, которая сильно отличается от амазонского.

- Да. Слушай, мой совет для всего человечества. Можно употреблять простой табак, скрученные табачные листья. Можно употреблять и более крепкий табак, но только по вечерам перед сном, потому что он учит мечтать о хороших вещах. Так, по вечерам, после еды, можно выкурить две-три самокрутки, чтобы заснуть. Вот мой совет: умеренно выкуривайте две-три самокрутки перед сном и после ужина. Но не днем, нет. Слишком много дыма также имеет последствия, такие как анемия, потому что вдыхание дыма не так уж полезно для здоровья; это не очень питательно для человеческого организма.

- А вы когда-нибудь курили сигареты в пачках? – спросил я.

- Нет, я их не курю. Потому что однажды у меня не было мапачо, и у меня не было денег, чтобы купить его. А я ходил пить аяуаску на сеанс возле Науты, и там тоже ни у кого не было мапачо. И мои друзья сказали: «Вот сигареты Caribe. Давайте выкурим их. Итак, я выкурил Caribe, и аяуаска сказала мне: «Эта сигарета не годится для питья аяуаски». Это нехорошо для людей». Она сказала мне: «Это мусор, просто мусор». Табак является дополнением к лекарству. Табак — это лекарство.

- Аяуаска сказала тебе, что сигарета - мусор? - спросил я, желая убедиться, что правильно понял.

- Да, аяуаска сказала, что табак в промышленных упаковках - это мусор. «Это мусор. Ты куришь мусор». Вот почему она меня наказала, потому что я курил…

- Как она наказала тебя? — спросил я, перебивая его.

- Посылая мне очень сильные видения, ощущение смерти - в этом смысле она наказывала меня. Так что мне сказали, что этот табак - фигня, он того не стоит. Когда вы пьете аяуаску, вам нужен мапачо в дополнение к лекарству.

Я заметил, что большинство постоянных курильщиков в мире курят сигареты, которые он, вероятно, сочтет мусором. Затем я спросил, есть ли у него какой-нибудь совет для людей, которые, возможно, захотят лучше познакомиться с табаком.

- Я бы посоветовал, прежде чем курить любую промышленную сигарету, лучше приобрести простой, нормальный табак. Это не обязательно должен быть сильный,

подготовленный вид. И вы можете умеренно выкурить до трех таких вечером, чтобы выспаться. Этот табак также помогает стабилизировать себя, если человек взволнован, когда слишком много эмоций, или когда иногда наступает депрессия или гнев.

- А если люди собираются курить простой табак, как им следует курить? Должны ли они встать или сесть? Должны ли они курить в одиночестве? У вас есть точка зрения на этот счет?

- Да. Важно иметь специальное место для курения, потому что не все могут переносить вдыхание табачного дыма; носы людей к этому не готовы - у кого-то аллергия, у кого-то гайморит - и важно уважать здоровье других людей. Так что вам нужно искать место, где вы не пугаете других людей, где три-четыре человека могут курить, сидя, сосредоточенно. Вы также не должны смотреть телевизор, потому что это занятие вас очаровывает. Так что курите и сконцентрируйтесь; подумайте о том, что вы делаете. Вот вам совет: курите только там, где нет некурящих людей, потому что это повредит их носам. И перестаньте заниматься другими делами - посвятите себя исключительно курению мапачо. Потому что это растение, обладающее силой, духом или душой. Поэтому важно уважать его. Это не просто обычная вещь, которую вы курите. Вот такой совет я бы дал.

ГЛАВА 2. Лекарство и яд

Наука о табаке

Nicotiana rustica

Ученые изучили табак больше, чем какое-либо другое растение за всю историю науки. Это связано с его естественной химической сложностью. Табачная фабрика производит около четырех тысяч различных органических веществ — не путать с сотнями промышленных химикатов, которые производители сигарет добавляют в свою продукцию[1].

В частности, табак производит ряд веществ, называемых алкалоидами, которые содержат азот и оказывают сильное физиологическое воздействие на животных и человека. Никотин, безусловно, является основным алкалоидом, содержащимся в большинстве из 76 задокументированных сортов табака, включая оба вида, обычно используемые в Амазонии, Nicotiana tabacum и Nicotiana rustica. Это одно из наиболее токсичных ботанических веществ в природе, так как одна или две

[1] См. Леффингуэлл, «Химические составляющие табачного листа». Список из 599 добавок, одобренных правительством США для использования в производстве сигарет, см. в Benavidez, Getting High, 132ff., или в Википедии, раздел «Список добавок в сигаретах». Добавки составляют примерно 10% курительного вещества промышленных сигарет.

капли чистого никотина, нанесенные на язык или кожу, могут убить взрослого человека[2].

С точки зрения растений никотин служит в первую очередь защитой от хищных насекомых. Эта роль настолько эффективна, что люди веками использовали никотин в качестве сильнодействующего инсектицида.

У некоторых разновидностей Nicotiana rustica содержание никотина в листьях приближается к 20 процентам, тогда как светлый табак, используемый в промышленных сигаретах, содержит от 1 до 2 процентов. Поскольку пара капель чистого никотина является смертельной дозой, употребление крепкого темного табака может быть рискованным предприятием.

Токсичность никотина зависит от того, как он попадает в организм. При всасывании через кожу он примерно в тысячу раз сильнее, чем при употреблении в пищу или курении. Когда человек ест табак, желудочные кислоты в некоторой степени разрушают молекулу никотина. А когда его курят, высокая температура горения превращает большую часть никотина в менее опасные соединения. Химики Пенни Кэмерон Ле Кутер и Джей Берресон комментируют: «Это не означает, что курение табака безвредно, просто если бы не происходило окисление большей части никотина и других алкалоидов табака, курение всего нескольких сигарет неизменно было бы смертельным».

Другое дело, что промышленные сигареты содержат сотни химических добавок, которые при сгорании превращаются в новые и значительно более токсичные вещества. Сжигание является хорошей новостью для курильщиков, поскольку оно снижает смертоносность никотина, содержащегося в табаке[3].

---

[2] Свежий список видов Nicotiana см. в Oyuela-Caycedo and Kawa, «Deep History of Tobacco», 28–31. Большинство видов Nicotiana являются эндемиками Южной Америки, континента, который считается родиной употребления табака людьми — см. Oyuela-Caycedo and Kawa, «Deep History of Tobacco» и Berlowitz et al., «Tobacco Is the Главное лекарственное растение». См. Sun et al., «Variations of Alkaloid Accumulation», для анализа содержания алкалоидов в табаке, и Wilbert, Tobacco and Shamanism, 137, о токсичности никотина. Согласно Benowitz et al., «Nicotine Chemistry» 30, никотин составляет 95 процентов от общего содержания алкалоидов в коммерческом сигаретном табаке, и «в большинстве штаммов табака норникотин и анатабин являются наиболее распространенными из второстепенных алкалоидов, за которыми следует анабазин" Согласно Леффингуэллу, «Химические составляющие табачного листа» и Чарлтону, «Медицинское использование табака», действие табака может отличаться от действия только никотина. Большинство научных исследований сосредоточено исключительно на никотине, но многочисленные другие вещества, содержащиеся в табаке, вполне могут способствовать его действию.

[3] Табак содержит около четырех тысяч различных веществ, а производители сигарет добавляют около шестисот химикатов в соус табака; но дым от горящей промышленной сигареты содержит более семи тысяч химических веществ, по крайней мере двести пятьдесят из которых, как известно, являются вредными, включая мышьяк, бензол, кадмий, хром, формальдегид, цианистый водород, полоний-210 и винилхлорид. Это означает, что при горении сигарет образуются новые, часто токсичные вещества — см. Национальный институт рака, «Вред курения сигарет» и Американская ассоциация легких, «Что в сигарете?»

Курение — это быстрый способ попадания никотина в кровь и мозг с относительно небольшим риском передозировки - курение слишком большого количества крепкого табака обычно вызывает у людей тошноту или даже потерю сознания, поэтому они, как правило, бросают курить до того, как уровень никотина смертелен. Оказывается, курение — самый распространенный способ потребления табака амазонскими шаманами — хотя они также жуют, пьют, облизывают и нюхают его, а также, в редких случая, потребляют его ректально.

Этноботаник Дейл Пенделл комментирует опасность употребления табака в жидком виде или через прямую кишку: «Если посвященный не вырвет табак после потери сознания, может привести к смерти или необратимым травмам. Наиболее опасным способом приема табака внутрь является табачная клизма [ректальная инъекция], при которой опасность передозировки крайне велика».

ДЕЙСТВИЕ НИКОТИНА В ТЕЛЕ

Чтобы осознать всю силу табака, нужно понять работу никотина внутри человеческого организма.

Никотин оказывает глубокое влияние на людей, потому что молекула никотина напоминает важное химическое вещество, вырабатываемое нашим телом и мозгом, называемое ацетилхолином. Это позволяет никотину проникать в рецепторы этого вещества на поверхности нейронов и многих других клеток организма. Эти рецепторы широко известны как никотиновые рецепторы, потому что они были обнаружены в начале двадцатого века учеными, стремившимися понять, как никотин функционирует в организме. Когда никотин связывается с нашими нейронами, он заставляет их выделять поток химических веществ мозга, таких как дофамин, глутамат, норадреналин и эндорфины, а также сам ацетилхолин. Эти химические вещества мозга продолжают оказывать широкий спектр эффектов.

Например, повышенный уровень дофамина активирует центр вознаграждения в мозгу, что заставляет людей чувствовать себя довольными, а также усиливает их желание повторить опыт — отсюда потенциал привыкания к никотину; повышенный уровень глутамата укрепляет связи между нейронами, что облегчает обучение и запоминание; повышенный уровень эндорфинов, представляющих собой небольшие белки, действующие как обезболивающие, может вызывать чувство эйфории; а повышенный уровень ацетилхолина заставляет людей чувствовать себя бодрыми и энергичными. Никотин может вызвать все эти эффекты одновременно, воздействуя на рецепторы мозга, предназначенные для ацетилхолина.

Но ацетилхолин — это не просто химическое вещество мозга. Его производят многие безмозглые организмы в природе, включая бактерии, одноклеточные, мхи, водоросли и примитивные растения. Это указывает на то, что он появился очень рано в эволюционном процессе. Ацетилхолин — это «чрезвычайно старая молекула», участвующая в регуляции основных клеточных функций, таких как экспрессия генов, пролиферация и дифференцировка клеток, межклеточный контакт, иммунная функция, электрическая активность, передвижение, секреция и абсорбция. Подавляющее большинство клеток человека вырабатывают ацетилхолин и имеют рецепторы к нему на своей поверхности. Никотиновые рецепторы есть на клетках мышц, кожи, поджелудочной железы, легких, гипофиза, надпочечников, иммунной

системы, пищеварительной системы, крови, яичников и яичек. Это позволяет никотину воздействовать на весь организм, включая сердечно-сосудистую, дыхательную, почечную и репродуктивную системы.

Люди, употребляющие табак, ощущают некоторые эффекты никотина. Например, когда никотин стимулирует надпочечники к выбросу адреналина, гормона, который увеличивает частоту сердечных сокращений и кровяное давление, потребители могут почувствовать этот «прилив». Но никотин оказывает множество тонких воздействий на организм, которые ускользают от внимания потребителей табака. Например, он способствует росту новых кровеносных сосудов и успокаивает воспаление, когда иммунная система слишком остро реагирует.

Как выразился кардиолог Джон П. Кук, никотин «во многом подобен огню — он может быть очень вредным, и все же может быть полезным, если вы знаете, как его контролировать». Например, стимулирование роста новых кровеносных сосудов ускоряет рост опухолей, поэтому употребление никотина — плохая идея, если у вас рак; но если у вас диабет и ваши конечности страдают от плохого кровообращения, местное нанесение никотинового геля на них может помочь переломить эту тенденцию.

Точно так же постоянное потребление никотина ослабляет иммунную систему — что частично объясняет, почему у курильщиков сигарет заболеваемость выше, чем у некурящих, — но когда иммунная система чрезмерно реагирует, как это происходит, например, в тяжелых случая Covid-19, никотин кажется оказывает защитное действие. Первоначальные сообщения о том, что у курильщиков сигарет, по-видимому, развиваются менее тяжелые формы этого вирусного заболевания, которые с тех пор стали предметом научных споров, привели группу исследователей к мысли, что Covid-19 может влиять на никотиновые рецепторы; они продолжили идентифицировать токсиноподобную последовательность аминокислот в одном из белков вируса, которая похожа на последовательность, обнаруженную в белках змеиного яда, которые блокируют никотиновые рецепторы и предотвращают действие ацетилхолина. Одна из многих ролей, которую играет ацетилхолин, заключается в том, что он действует как противовоспалительная молекула, особенно в тех случая, когда иммунная система чрезмерно реагирует и наводняет организм провоспалительными молекулами. Обычно в таких случая ацетилхолин нейтрализует эти молекулы. Но если никотиновые рецепторы заблокированы, ацетилхолин не высвобождается, и провоспалительные молекулы продолжают атаковать здоровые клетки по всему телу, что в конечном итоге приводит к тому, что легкие наполняются жидкостью, а другие органы отключаются. Когда это происходит, пациенты в конечном итоге умирают от своего иммунного ответа на вирус, а не от самого вируса. Хотя доказательства все еще оспариваются и неубедительны, возможно, что в наиболее тяжелой форме Covid-19 является заболеванием никотиновой системы и, в частности, противовоспалительной системы на основе ацетилхолина; и никотин может восстановить функцию этой системы, позволив ацетилхолину подавить чрезмерную реакцию иммунной системы[4]. Ученые,

[4] См. Farsalinos et al., «Никотин и SARS-CoV-2» и «Никотиновая холинергическая система»; Калра и др., «Иммуносупрессивные и противовоспалительные эффекты»; Changeux et al., «Никотиновая гипотеза

проверяющие эту гипотезу, работают с «медицинским никотином» в виде трансдермальных пластырей или никотиновой жевательной резинки и единодушно предупреждают, что курение сигарет, вейпинг и другие никотиновые продукты не защищают от этого агрессивного вирусного заболевания[5].

Никотиновые рецепторы также играют роль в развитии болезни Паркинсона, болезни Альцгеймера, шизофрении и эпилепсии. Накопленные данные свидетельствуют о том, что никотин может иметь терапевтическое значение при болезни Паркинсона, болезни, которая убивает нейроны, вырабатывающие дофамин, потому что никотин стимулирует выработку дофамина в мозге. Никотин также помогает при болезни Альцгеймера, болезни, которая вызывает отложения бляшек между нейронами, потому что никотин препятствует соединению белков, образующих эти отложения. Никотин может помочь и людям, страдающим шизофренией, но точный механизм его действия в этом случае остается неясным. Наконец, людям, страдающим эпилепсией, следует избегать употребления никотина, так как он может вызвать судороги[6].

НИКОТИН КАК БОЛЕУТОЛЯЮЩЕЕ, УСИЛИТЕЛЬ ПОЗНАНИЯ И ГОРМОНАЛЬНОЕ СРЕДСТВО

Многочисленные доказательства показывают, что табак может действовать как болеутоляющее и, как говорит Рафаэль Чанчари, помогает успокоить укусы змей и укусы жалящих муравьев. Жители Амазонки издавна лечили больные и болезненные участки тела влажными табачными листьями или пластырями из табачного порошка, которые действуют как органические никотиновые пластыри. Ученые признают, что никотин уменьшает боль, воздействуя на никотиновые рецепторы нервных клеток головного и спинного мозга. Морфин действует, по крайней мере частично, за счет высвобождения ацетилхолина, который воздействует на те же самые рецепторы. Исследования показывают, что низкие дозы никотина, вводимые в виде пластыря или назального спрея людям, которые не курят, снижают их потребность в морфине после хирургической операции. Это также предполагает, что люди, которые курят табак или потребляют никотин на регулярной основе, в

для COVID-19»; Тиндл и др., «Помимо отказа от курения»; Патанаванич и Гланц, «Курение связано»; Оливейра и др., «Моделирование поддерживает взаимодействие»; Усман и др., «Существует ли парадокс курильщика?»; Веласкес-Манофф, «Как Covid отправляет тела»; и танец «Цитокиновые штормы». Исследование Sterne et al. «Взаимосвязь между приемами» подтверждает, что кортикостероиды, стимулирующие никотиновые рецепторы, снижают смертность среди тяжелобольных пациентов с Covid-19

[5] Некоторые отчеты предполагают, что курильщики и вейперы сталкиваются с более высокой опасностью Covid-19, в частности подростки и молодые люди, которые вейпингуют — см. Patanavanich and Glantz, «Smoking Is Associated» и Adams et al., «Medical Vulnerability»

[6] См. Карлсон и Краус, «Физиология, холинергические рецепторы»; Quik и др., «Никотин и болезнь Паркинсона»; Ньюхаус и др., «Никотиновая терапия»; и Koukouli et al., «Никотин изменяет гипофронтальность». Последние предполагают, что никотин стимулирует рецепторы в областях мозга, активность которых при шизофрении снижается. Управление по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США - «Никотин вызывает конвульсивные припадки: «Некоторые пользователи электронных сигарет», связывают никотин с припадками.

конечном итоге снижают чувствительность своих никотиновых рецепторов и развивают толерантность к эффектам никотина; и по этой причине они не получают столько пользы, сколько нерегулярные потребители, от его болеутоляющего действия.

Существуют также веские доказательства того, что, как отметил Рафаэль Чанчари, табак может помочь людям учиться. Ученые подтверждают, что никотин может улучшить внимание и память, увеличивает мозговой кровоток; высвобождает глутамат, укрепляющий связи между нейронами; высвобождает норадреналин, который фокусирует внимание; и он активирует области переднего мозга, которые, как считается, лежат в основе познания. По словам психолога Марчелло Спинеллы: «Никотин, основной психоактивный алкалоид в табаке, обладает эффектом улучшения когнитивных функций».

Исследования также подтверждают утверждение Рафаэля Чанчари о том, что табак «усиливает мужские и женские гормоны», хотя этот эффект зависит от того, как человек использует растение. Уролог Вей Ван и его коллеги изучили большую выборку мужчин и обнаружили, что у курильщиков больше общего тестостерона и свободного тестостерона, чем у некурящих. Они также обнаружили, что характер эффекта зависел от регулярности потребления: «Курение может привести к резкому повышению уровня тестостерона, но он может снизиться при хроническом воздействии табака при длительном курении. Следовательно, влияние курения на уровень тестостерона зависит от личной истории курения». Другое исследование обнаружило более высокие уровни тестостерона и эстрогена у курящих мужчин по сравнению с теми, кто не курит.

Эпидемиолог Джудит С. Бранд и его коллеги изучили большую выборку женщин в постменопаузе и обнаружили, что курение сигарет повышает уровень эстрогена, а также уровень тестостерона, «при этом самые высокие уровни наблюдаются у тех, кто курит больше всего сигарет»[7]. Однако они отметили, что уровень эстрогена был самым высоким у заядлых курильщиков, но у женщин, выкуривающих менее десяти сигарет в день, уровень эстрогена был ниже, чем у некурящих.

Исследования показывают, что женщинам труднее бросить курить, чем мужчинам, и они испытывают более сильную тягу к курению; они также более чувствительны, чем мужчины, к полезным эффектам никотина. В 2017 году нейробиолог Сара Кросс и ее коллеги написали: «Доклинические исследования в основном были сосредоточены на взрослых мужчинах… В результате точные механизмы, лежащие в основе уникальной чувствительности женщин к воздействию никотина, плохо изучены». Тем не менее, они предлагают возможное объяснение: «Есть некоторые доказательства взаимодействия между циркулирующими гормонами или фазой менструального цикла с курением и успешным отказом от курения. У женщин эстроген, по-видимому, способствует привычке курить». В

---

[7] Brand et al., «Cigarette Smoking», 3187. Важно отметить, что повышенный уровень циркулирующих эстрогенов тесно связан с повышенным риском рака груди у женщин в постменопаузе — см. Travis and Key, «Estrogen Exposure».

частности, женщины, как правило, больше курят в начале менструального цикла, чем в конце. Необходимы дополнительные исследования уникальной чувствительности женщин к воздействию никотина.

ТАБАК КАК ГАЛЛЮЦИНОГЕН И ЛЕКАРСТВО

Рафаэль Чанчари называет табак содержащим «природные химические вещества для видений». До недавнего времени ученые не считали никотин или табак галлюциногенами. Но те, кто осведомлен о высоких дозах крепкого темного табака, потребляемого амазонскими шаманами, признают способность растения вызывать галлюцинации или видения. Как выразился антрополог Йоханнес Уилберт: «Не остается никаких сомнений в том, что никотин посредством воздействия на центральную нервную систему способен вызывать галлюцинаторные эсхатологические сценарии в космическом масштабе, и остается вопрос, вызваны ли эти эффекты никотиновым алкалоидом прямо и/или косвенно. через взаимодействие с другими нейротрансмиттерами, кроме ацетилхолина».

Никотин может вызывать некоторые галлюцинаторные эффекты табака из-за его способности высвобождать химические вещества мозга, такие как норадреналин и серотонин, оба из которых химически связаны с галлюциногенами (мескалин и псилоцибин соответственно).

Более того, несколько исследований обнаружили небольшие количества алкалоидов харман и норхарман в табачном дыме, но не в самом табаке, что позволяет предположить, что эти соединения образуются во время горения. Поскольку они оба тесно связаны с галлюциногенными алкалоидами гармалы, обнаруженными в лозе аяуаски, они могут способствовать галлюцинаторному эффекту табака. Тем не менее, неврологические механизмы, связанные со способностью шаманского табака вызывать галлюцинации, остаются неясными. В настоящее время большинство ученых, знакомых с этой темой, считают никотин соединением, вызывающим табачные видения[8].

По словам антрополога Кристиана Рэтча: «Воздействие табака в первую очередь связано с никотином. Низкие дозы табака оказывают бодрящее и стимулирующее действие, подавляя чувство голода. Умеренные дозы могут легко вызвать тошноту, рвоту, диарею, анемию и головокружение. Высокие дозы могут привести к делирию с галлюцинациями… и к смерти от паралича дыхания».

---

[8] Дженигер и Добкин де Риос, «Никотиана галлюциноген?» сообщили о наличии небольших количеств алкалоидов гармалы харман и норхарман в коммерческих табаках и их дыме, причем их количество в дыме в сорок-сто раз превышает количество в табачном листе. Они предположили, что эти алкалоиды могут объяснить галлюциногенные эффекты шаманского табака. Присутствие хармана и норхармана в табачном дыме было подтверждено Herraiz и Chaparro, «Моноаминоксидаза человека», которые предположили, что эти вещества могут способствовать антидепрессантным и нейропротекторным эффектам курения табака. Однако Sisson и Severson, «Alkaloid Composition», не сообщили об этих алкалоидах в образце из шестидесяти четырех видов Nicotiana, равно как и Sun et al., «Variations of Alkaloid Accumulation», которые изучали содержание алкалоидов в трех разновидностях табака Nicotiana.

Антрополог Мартин Фортье недавно классифицировал галлюциногены, используемые в ритуальном контексте, в соответствии с рецепторами мозга, на которые они воздействуют. В одну категорию он поместил псилоцибиновые грибы, аяуаску, пейот и кактус Сан-Педро, которые стимулируют рецепторы серотонина. Во вторую категорию он поместил дурман, белладонну, мандрагору и бругмансию (toé), которые блокируют никотиновые рецепторы, вызывая делирий и сильные галлюцинации. В третью категорию он поместил табак: «Несколько классов веществ являются как атипичными, так и слабогаллюциногенными (то есть галлюциногенными только в очень высоких дозах). Наиболее важным из этих веществ является табак, который проявляет свои галлюциногенные эффекты за счет стимуляции никотиновых ацетилхолиновых рецепторов. Различные виды Nicotiana, особенно содержащие никотин и вызывающие видения, занимали центральное место в индейских культурах».

Растет мнение, что крепкий темный табак может действовать как галлюциноген и вызывать видения у тех, кто его употребляет.

Как и Рафаэль Чанчари, другие амазонцы склонны рассматривать табак как лекарство. Антропологическая литература изобилует утверждениями на этот счет. Для народа хуни куин в Бразилии табак является «самым целебным веществом». Для народа матсигенка в Перу «табак — это лекарство в полном смысле слова». Вообще говоря, табак «является главным шаманским растением в Южной Америке… без которого невозможна никакая шаманская деятельность». Выдувание табачного дыма на пациента или нанесение табачного сока на ту часть тела, которая кажется страдающей, является «наиболее распространенной лечебной практикой… во всем амазонском регионе».

Однако важно отметить, что амазонцы, как правило, не проводят радикального различия между «лекарством» и «ядом». В некоторых амазонских языках для обозначения обоих понятий используется одно и то же слово. Жители Амазонки обычно ищут горькие, острые или ядовитые растения, чтобы использовать их в качестве лекарств. С их точки зрения, табак подходит как токсичное и лекарственное растение; как говорит Рафаэль Чанчари, у табака есть две души, одна для медицины, другая для злого умысла.

Это согласуется с двусмысленностью первых известных случаев использования термина «фармакон», от которого мы получили слова «фармация», «фармацевтика» и «фармакология». В древнегреческом языке фармакон может относиться к лекарству или яду. Парацельс классно подчеркивал это, различая яд и лекарство по дозе: «Доза делает яд», как гласит поговорка.

Современные научные исследования, безусловно, подтверждают эту двусмысленность, показывая, что табак и никотин обладают целебным потенциалом, а также могут причинять вред и смерть. Это лекарство/яд.

МЕЖДУ НАУЧНЫМИ И КОРЕННЫМИ ВЗГЛЯДАМИ

Многие утверждения Рафаэля Чанчари о табаке имеют научное подтверждение. Но некоторые кажутся менее поддающимися научному прочтению, по крайней мере, на первый взгляд.

Рассмотрим концепцию учителей-растений. Антрополог Луис Эдуардо Луна впервые обратил внимание на это понятие в своем исследовании шаманов-метисов в перуанской Амазонии в 1984 году, написав: «Среди них есть те, кого называют вегеталистами или специалистами по растениям, и которые используют ряд растений, называемых врачами или растениями- учителями. Они верят, что если они выполняют определенные условия изоляции и соблюдают предписанную диету, эти растения способны «научить» их, как диагностировать и лечить болезни, как выполнять другие шаманские задачи, обычно с помощью волшебных мелодий или икарос, и как использовать лекарственные растения».

Учителя-растения — это те, кто передает знания людям, которые их потребляют. В 2011 году международная группа ученых идентифицировала 55 видов растений, считающихся «растениями-учителями» и используемых в шаманских инициациях в перуанской Амазонии, включая табак, аяуаску, бругмансию, дурман и коку, а также несколько непсихотропных видов растений с слабительными, укрепляющие или защитными свойствами.

Многие ученые считают концепцию «растения-учителя» слишком радикальной из-за ее «неявных анимистических корней», которые «раздвигают границы академической ортодоксальности». Следует переосмыслить эту точку зрения. Учитывая, что никотин помогает людям концентрироваться, запоминать и учиться, идея о том, что табак, богатый никотином, может действовать как «растение-учитель», становится в центре внимания. Эта концепция все еще может быть метафорой, но она надежно описывает то, что происходит в нашем уме, когда мы потребляем растение.

Иногда, когда кто-то перемещается между амазонскими знаниями и наукой и обратно, он обнаруживает отсутствие соответствующих концепций. Например, Рафаэль Чанчари говорит о «душах» и «духах», тогда как в науке нет места для таких понятий. Но когда амазонцы говорят о «душах» и «духах», эти термины имеют не совсем то же значение, что и у жителей Запада. В западном мышлении эти концепции основаны на фундаментальном противопоставлении тела и души, материи и духа. Но когда амазонцы называют невидимых существ, оживляющих живых существ, «духами», они не считают их принципиально нематериальными; скорее, они считают этих существ необходимыми для оживляемых ими организмов: когда они уходят, организмы умирают. С точки зрения амазонцев, эти сущности отличаются не своей нематериальностью, а невидимостью.

На просьбу прокомментировать это в переписке по электронной почте Невер Туэста Серрон, директор программы подготовки учителей, в которой работает Рафаэль Чанчари и представитель коренного народа авахун, ответил:

- В течение многих лет я думал о том, как перевести на испанский язык наши представления о душе или духе растений и животных, которые в прошлом были личностями. Будучи народом аваджун, когда мы хотим объяснить свои представления метисам, мы используем такие испанские термины, как alma [душа] или espíritu [дух]. В Аваджуне мы говорим «вакани». Например, чтобы объяснить, что фотография — это изображение Доры, мы говорим «Дора вакани»; для обозначения тени Доры, вызванной солнечным светом, мы говорим «Дора вакани»; чтобы объяснить, что мы видели душу Доры, умершей некоторое время назад, мы говорим «Дора вакани». Точно так же, когда мы обращаемся к учителям-растениям, которые были людьми в прошлом, мы используем термин вакани, например, «датема вакани», что означает душу или дух растения аяуаска. Я вижу проблему в том, что наши собеседники понимают душу или дух в религиозном смысле. Для нас, аваджун, ясно, что растение или животное, которое в прошлом было человеком, имеет вакани.

В ответ на это заявление Рафаэль Чанчари прокомментировал: «Для нас, шави, это то же самое, за исключением того, что мы говорим ваян, а не вакани».

Антропологи Льюис Дейли и Гленн Х. Шепард недавно обсудили концепцию «души» народа матсигенка в Перу в следующих терминах: «Слово матсигенка, означающее дух или душу, сureци, также относится к сердцевине растения… Суретси может относиться к фармакологическим принципам лекарственных и ядовитых растений. Когда растение нагревают в воде, его душа «загрязняет» или «наполняет» отвар. Когда человек выпивает отвар, душа растения, проявляющаяся в его вкусе, запахе и окраске, «наполняет» тело этой целостной субстанцией/душой».

Поскольку жители Амазонки рассматривают души и субстанции как синонимы, а ученые проводят между ними абсолютное различие, переход между наукой и местными знаниями может быть непростым.

Как и многие амазонцы, Рафаэль Чанчари обращается к «матерям» или «владельцам» растений — невидимым сущностям, специфичным для каждого вида, которые подобны личности. У ученых мало времени на такого рода персонификацию, учитывая, что их основной метод состоит в том, чтобы делать противоположное и объективировать то, что они изучают. Для науки «знать — значит десубъективировать», как выразился антрополог Эдуардо Вивейрос де Кастро. Это означает, что научная точка зрения на «мать табака», вероятно, появится не скоро.

Однако можно серьезно отнестись к концепциям амазонцев и найти в них согласованность. В 2010 году антрополог Франсуаза Барбира Фридман сосредоточилась на определении пола шаманских растений в перуанской Амазонии, предмете, который до этого практически игнорировался. Она нашла широкое согласие с оценкой Рафаэля Чанчари о том, что мать табака - мужская. Она пишет: «Наиболее всеобъемлющий уровень гендерной взаимодополняемости растений в шаманизме Верхней Амазонки — это уровень между табаком и всеми другими «главными растениями». Табак считается мужским катализатором, усиливающим действие всех других шаманских растений. Шаманы ламиста-кечуа часто утверждают, что табак является «отцом всех растений», мужским супругом «материнских духов» всех шаманских растений».

Кроме того, рассмотрение живых существ как личностей или субъектов не обязательно исключает рассмотрение их как объектов. Рассмотрение табака как одушевленного могущественной и неоднозначной личностью не противоречит рассмотрению растения как мешочка, полного алкалоидов. На самом деле эти два взгляда могут дополнять друг друга. Олицетворяя табак, местный подход позволяет развивать отношения с растением и открыто смотреть на ту опасность, которую оно олицетворяет. Как говорит Рафаэль Чанчари, табак может легко ввести людей в заблуждение, и работа с этим мощным растением требует знаний, дисциплины и концентрации. Персонификация табака может помочь людям потреблять растение менее вредным и более конструктивным образом. Помочь курильщикам обрести уважение к «матери табака» может быть столь же продуктивно, как и убедить их не курить, потому что никотин вызывает привыкание, а курение вызывает рак.

В конечном счете, точка зрения по этому вопросу зависит от мировоззрения. Те, кто желает стоять на исключительно материалистической позиции и рассматривать растения и животных как объекты, а не как субъекты, могут это сделать. Им может быть интересно узнать, что гусеница, названная Рафаэлем Чанчари «матерью табака», на самом деле является насекомым, известным как табачный роговой червь (Manduca sexta), который вырабатывает специфический белок CYP6B46, который связывается с никотином и нейтрализует его. Это позволяет гусенице безнаказанно жевать табачные листья; это также позволяет животному выдыхать насыщенное никотином дыхание, что отпугивает хищных пауков. Мастерство этого насекомого в отношении никотина до сих пор полностью не изучено, хотя ученые изучают его более пятидесяти лет.

ОПАСНОСТИ ТАБАКА

Наконец, предупреждение о вреде для здоровья. Табак является опасным растением для употребления. Курение промышленных сигарет наносит вред почти каждому органу тела; вызывает множество заболеваний, в том числе многочисленные смертельные формы рака; и снижает здоровье и продолжительность жизни курильщиков. Даже курение чистого табака небезопасно; как говорит Рафаэль Чанчари, «вдыхать дым вредно для здоровья». Потребление табака в других формах также вредно. Например, использование электронных сигарет для потребления никотина может исключить образование канцерогенных побочных продуктов сгорания, но создает свои собственные специфические проблемы токсичности; он также вызывает воспаление легких, ухудшает их способность бороться с инфекциями и увеличивает риск передозировки никотина и судорог. Даже «медицинский никотин» в виде трансдермальных пластырей, жевательной резинки или назальных спреев может иметь серьезные побочные эффекты и привести к передозировке, если его использовать одновременно с курением сигарет. Жевание и нюхание табака связано с определенными рисками (подробный обзор рисков для здоровья, связанных с вейпом, нюхательным табаком, снюсом и рапэ, см. в приложении). Не существует абсолютно безопасного и безрискового способа употребления табака или его основного алкалоида никотина. Простое прикосновение к листьям зеленого табака может вызвать головную боль, тошноту и рвоту — форму отравления, известную как болезнь зеленого табака.

Вот как обстоят дела с растениями-учителями. Это могущественные и опасные сущности. С ними можно заключать союзы и работать с ними предусмотрительно и

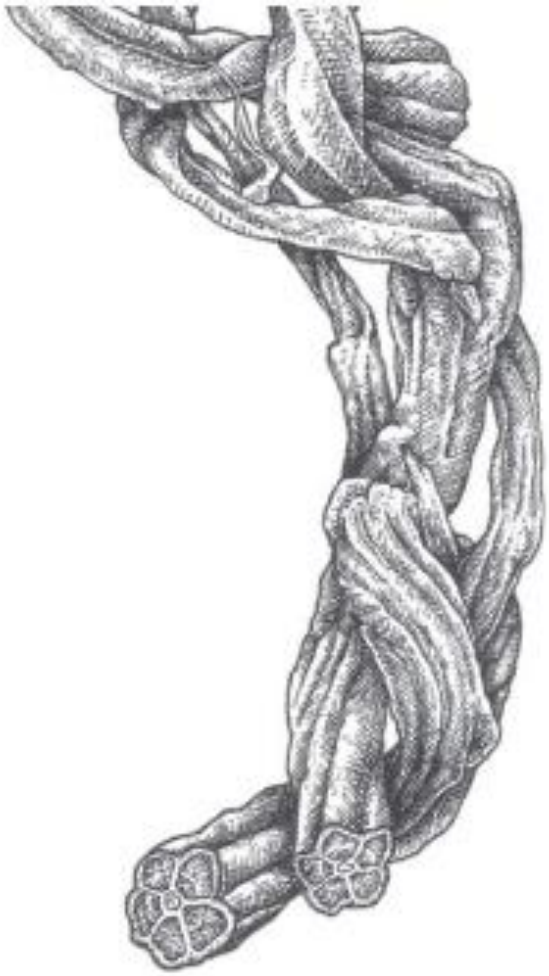
уважительно, но ими никогда не овладеть. В лучшем случае можно избежать их подчинения.

Этой небольшой книгой мы не хотим подстрекать людей к употреблению табака, аяуаски или любого другого психотропного растения. Скорее, мы стремимся побудить тех, кто интересуется этими мощными растениями, узнать больше о рисках и возможностях, которые они представляют.

И последнее, но не менее важное: мы сожалеем о потреблении сигарет промышленного производства, которые представляют собой ослабленную версию сильного растительного учителя, чаще всего с примесью промышленных химикатов. Сигареты — это пародия на табак, их следует избегать любой ценой.

ГЛАВА 3. Двусторонняя очистка

Аяуаска с точки зрения коренных народов



Banisteriopsis caapi, лоза и поперечный разрез

Спустя почти год после нашего первоначального разговора о табаке мы с Рафаэлем Чанчари снова встретились, на этот раз в будний день вечером во дворе отеля в Икитосе. На нем были брюки цвета хаки и белая рубашка с короткими рукавами, из переднего кармана торчала пара ручек. Мы сели вместе за тихий столик. Мы были единственными клиентами в заведении. Рядом зажужжал скрипучий вентилятор на пьедестале.

Я начал с того, что люди в разных странах недавно проявили интерес к аяуаске, и мне казалось важным, чтобы у них был доступ к амазонским голосам по этому вопросу. Он кивнул в знак согласия.

Мой первый вопрос касался самой лианы аяуаски, которую ботаники рассматривают как отдельный вид (Banisteriopsis caapi), в отличие от амазонских экспертов, которые признают целый ряд разновидностей. Ссылаясь на различные виды табака, которые он описал в нашем первоначальном разговоре — некоторые для лечения, некоторые для причинения вреда — я спросил, было ли то же самое с аяуаской.

- Да, - ответил он, - есть много разновидностей аяуаски - небо, гром, марири [«волшебная флегма»], молния - с разными характеристиками. Вы можете отличить их по цвету; вообще говоря, есть черная аяуаска и желтая аяуаска, но если вы вдаетесь в подробности, то увидите, что существует целый ряд. Желтая аяуаска называется «небо» [cielo]. Cielo ayahuasca - для медицины, для зрения. Вот что я пью, и в своем саду я сажаю только небо, а не другие сорта, которые учат злобе и колдовству и тому подобному; мы такое не пьем, но есть люди, которые пьют.

- Легко ли увидеть разницу между небесной аяуаской и черной аяуаской, просто взглянув на лианы?

-Небесная аяуаска желтая, когда вы соскребаете лозу, тогда как черная аяуаска имеет темный цвет. Существует несколько видов черной аяуаски: аяуаска грома и аяуаска марири, и обе лианы имеют короткие сучки на основных стволах. Их легко отличить по цвету и форме.

- Не опасно ли иностранцам пить аяуаску, не зная об этих различиях?

- Да, это опасно; это рискованно. У меня есть опыт, о котором я могу вам рассказать: я начал принимать аяуаску самостоятельно, потому что мой дед был аяуаскеро [шаманом аяуаски], и мой дядя тоже. Так что я начал пить, а потом встретил учителя Фермина Мураяри Агилера, чьим отцом был Кукама, а матерью Пиро. Он был медиком. У меня была возможность провести с ним пару недель. Я сказал ему: «Маэстро, я хочу учиться». Он сказал: «Я буду учить тебя, но не смогу научить». Вместо этого дух аяуаски будет изучать тебя и смотреть, что ты за человек и сможешь ли ты чему-то научиться. Тогда ты научишься.

- Маэстро Фермин и я выпивали вместе около пятнадцати раз. Однажды ночью он отругал меня за то, что я один выпил аяуаску: «Зачем ты учишься колдовству? Это нехорошо, потому что вы собираетесь убивать детей, а родители будут страдать. Вы собираетесь убивать жен, а мужья будут страдать. Вы собираетесь убивать мужчин, а жены и дети будут страдать. И тебе не прожить много лет, потому что тебя убьют. Они всадят в тебя пулю. Пока я слушал его, у меня кружилась голова от аяуаски. На следующий день я спросил его: «Маэстро, почему вы сказали это прошлой ночью?» Он ответил: «Я сказал это, потому что видел, что ты учишься колдовству». Я сказал: «Маэстро, мое намерение при самостоятельном приеме аяуаски заключалось не в том, чтобы научиться колдовству, а в том, чтобы видеть видения, знать, что такое аяуаска глубоко внутри, в духовном мире. Вот почему я пил, и поэтому я пью. Теперь, когда ты говоришь, что я изучаю колдовство, я хочу, чтобы ты меня очистил. Маэстро Фермин сказал: «Я почищу тебя. И мы продолжим пить».

- И в последующие дни каждый раз, когда я пил, я потел, как никогда раньше. Обычно я никогда не потею. Но в те дни я сильно потел, и вот как он меня вымыл. Пока он это делал, я прошел через множество испытаний; Аяуаска имеет тенденцию проверять людей, которые ее пьют. Я почувствовал страх. Я мог видеть весь космический мир, и в нем было так много страданий, что я находил это обескураживающим. Это был тест. Я почти сказал своему учителю, что собираюсь бросить пить, но потом решил выпить в последний раз, и если что-то пойдет не так, я остановлюсь на этом. И эта ночь была лучшей. я больше не видел страданий; все стало прозрачно, ясно и спокойно. Дух сказал мне: «Теперь примени это на практике.

Свяжись с людьми, с которыми хочешь быть на связи». Я помню, как вызывал умершего колдуна по имени Энкарнасьон Юми Тангоа. Когда я мысленно позвал его по имени, он не ответил, но потом я увидел приближающиеся огни и услышал позади них, как он сказал: «Зачем ты меня позвал?» Я ответил: «Я зову потому, что я практикую духовный контакт с людьми». Он сказал: «О, очень хорошо. Ты учишься. Учись. Это поможет тебе стать мужчиной. Затем он ушел.

- Я вызывал и других людей. Иногда приходящие угрожали мне: «Зачем вызываешь? У тебя нет права вызывать меня. Ты прерываешь работу, которую я делал. Так что теперь ты умрешь. Я боялся, что умру, но маэстро Фермин сказал мне защищаться. Поэтому я защищался, говоря: «Нет, мне не нужно умирать, потому что я сделал что-то плохое? Вовсе нет. Я просто проверяю, смогу ли я связаться с вами. И Маэстро дунул на меня дымом мапачо и сказал: «Это способ установить контакт, и защитить себя, и увидеть издалека». Так я научился обращаться с аяуаской. Так что для иностранцев, приезжающих сюда пить аяуаску, это может быть очень опасно. Они могут узнать, как практиковать колдовство и как причинять вред людям.

- Что бы вы посоветовали делать иностранцам, чтобы избежать этой опасности?

- Прежде всего, они должны спросить, какую аяуаску они будут пить. Медикос не может лгать. Это одна из вещей, которые говорит вам аяуаска: не обманывайте. Вы должны быть честными, так говорит аяуаска, а это значит, что вы не можете вводить людей в заблуждение. Если вы подаете черную аяуаску, вы должны говорить людям, что это черная аяуаска. И если это желтая аяуаска, то есть небо, вы должны сказать им, что они пьют небесную аяуаску. А иностранцам лучше пить скай аяуаску.

Я спросил Рафаэля Чанчари о рисках употребления аяуаски, смешанной с тоэ (Brugmansia suaveolens), опасным растением, похожим на дурман, который иногда добавляют в напитки, приготовленные для иностранцев, ищущих сильных галлюциногенных ощущений. «Эффект тое длится долго», — ответил он. «С тоэ голова будет кружиться один-два дня, даже три дня, иногда неделю. Нехорошо человеку так долго находиться в таком состоянии, пьяном и в плохой форме. Не рекомендуется для питья; в этом нет никакой выгоды. И есть другие люди, которые смешивают чирик сананго [Brunfelsia grandiflora] с аяуаской, что вызывает головокружение и сильный насморк. Это опасно. Лично я не люблю холод; это не имеет значения. Нельзя заставлять людей так страдать. Некоторые люди делают это, потому что хотят поэкспериментировать, но я бы сказал, что даже это не очень хорошая идея, потому что это вызывает холодное головокружение с холодным потом.

- Добавление всевозможных растений в аяуаску не сделает напиток крепче; вместо этого человеческое тело будет страдать, а это означает риск. Возможно, поэтому люди иногда умирали. Лучше выпить простую аяуаску, которая действует четыре часа, после чего вы снова в норме. Зачем вкладывать столько вещей и рисковать? Если у людей есть сердечные заболевания или высокое кровяное давление или слишком много холестерина, для них рискованно пить аяуаску, смешанную с другими растениями. Лучше пить простой отвар, аяуаску, смешанную с

чакруной [Psychotria viridis], или аяуаску, смешанную с яге [Diplopterys cabrerana]. Я пью любой из этих простых напитков[9].

«Каково это пить аяуаску, приготовленную только из лозы, без чакруны или яге? – спросил я.

- Употребление чистой аяуаски является практикой среди народов вампи, аваджун и ачуар (коренные жители перуанской и эквадорской Амазонки). Они готовят чистую аяуаску и пьют ее, а затем отправляются спать в лес в поисках видений.

- Ты пробовал это?

- Однажды я пил чистую аяуаску в Зунгаро с другом из Аваджуна и несколькими коллегами. Я выпил около восьми чашек, но меня не вырвало. И после этого я больше не хотел пить, потому что боялся, что что-то может случиться. С напитками, к которым я привык, одной чашки обычно достаточно, чтобы почувствовать эффект. Так что я пошел спать, а затем дух сказал мне, что я должен был выпить еще по крайней мере четыре чашки, если я хотел иметь видения и работать как целитель. Вот как обстоят дела у народа аваджун; это их практика. Они уводят своих молодых людей в уединенное место в лесу, чтобы напиться, а затем поспать; а иногда в своих снах они встречают тех, кого называют арутам, что означает «духи предков», которые передают послания — например, стать воином, или работягой, или строителем, или хорошо жить, и быть хорошим человеком; это то, что они находят в видениях. Но есть также люди, называемые ивишин, которые пьют, чтобы лечить болезни; они пьют не для того, чтобы иметь видения, а для того, чтобы иметь лечебные видения, чтобы исцелять. Вот как обстоят дела у аваджун.

- А когда кто-то пьет вино в одиночестве, у него тоже бывают видения?

- Это заставляет мечтать. Когда у вас действительно кружится голова от выпивки, вы засыпаете, а потом видите сон. Или некоторые люди решают уйти в лес, и дух направляет их. И пока они идут, они чувствуют присутствие. Например, один мой друг из Аваджуна рассказал мне, что когда он был в лесу после того, как выпил чистую аяуаску, он был пьян, и он почувствовал и увидел, как его поразил гром. Это то, что они называют сновидением. И в этот момент он получил сообщение, и его опьянение исчезло.

- Сообщение было голосом?

- Да, это был голос. Но сначала в него как будто ударила молния, и раздался гром, а потом он услышал весть. Для жителей Аваджуна это встреча с видениями.

---

[9] Как и другие жители севера перуанской Амазонки, Рафаэль Чанчари назвал одно из растений, добавляемых в отвар яге; тогда как в соседней Колумбии люди используют слово yage или yajé для обозначения самой лозы ayahuasca, а также для отвара, приготовленного из нее. Это может сбить с толку посторонних.

- По вашему опыту, полезно ли пить её для здоровья?

- Это полезно для здоровья; это укрепляет вас и дает вам видения. Но для его организации нужен опытный человек, ваймаку, практикующий, у которого были видения арутам. Человек, собирающий урожай аяуаски, должен поститься; они не могут есть, а могут только курить мапачо. Те, кто чистят и толкут лозу, и те, кто собирает дрова для их приготовления, также должны поститься. На второй день варят аяуаску в казане. Истолченную лозу заливают водой, уваривают жидкость до трети объема, отделяют от лозы, сливая в отдельный котел, и продолжают варить. Затем они заливают лозу водой во второй раз и повторяют процесс. Таким образом они готовят аяуаску целый день, все время голодая. С наступлением темноты они идут в построенную по этому случаю хижину и пьют аяуаску. Затем они ложатся на свои коврики и засыпают. Ваймаку наблюдает за ними и поет им. Те, кому снятся хорошие сны, просыпаются и идут по тропинке в лесу, чтобы найти видения. Это важное событие для жителей Аваджуна, и для его проведения требуется самоотверженность. Но мы, народ шави, этого не делаем.

- Как часто вы пьете аяуаску?

- Раньше, когда я посвятил себя изучению аяуаски, я пил два раза в неделю. Но сейчас у меня много работы, поэтому я пью только изредка. Когда я учился и пил два раза в неделю, я был очень худым, а это рискованно, потому что ты сидишь на диете и не ешь питательную пищу. Я сделал это и нашел это очень трудным. Лучше пить два раза в месяц.

Люди в перуанской Амазонии обычно называют аяуаску la purga, «очищение», поэтому я спросил Рафаэля Чанчари, является ли очищение важной частью лечебного эффекта напитка.

- Да, она очищает желудок от всех примесей, которые мы принимаем вместе с едой и питьем. Послушайте, когда вы хотите очиститься, когда вы хотите очистить свой желудок, чтобы выпить аяуаску, вам не нужно так сильно сидеть на диете; можно есть и пить. И если вы выпьете аяуаску на полный желудок, в течение примерно тридцати минут вас вырвет и вы пойдете в туалет, и это очистит вас, но не вызовет головокружения. А если выпить отвар, приготовленный только из листьев аяуаски, это великолепно очищает. Это не делает вас пьяным, но отправляет вас в ванную для полного очищения. Это опустошает вас.

- Полезно ли это для здоровья?

- Очевидно, потому что она очищает желудок и кишечник. Однажды я пошел в больницу, чтобы проверить, нет ли у меня паразитов. Результаты показали, что у меня их нет. Мой кишечник был чист после всех этих лет употребления аяуаски.

Поскольку паразиты распространены в Амазонии, примечательно, что у Рафаэля Чанчари их не было.

Я налил нам обоим по стакану воды. «А чему можно научиться, работая с этим растением?» — спросил я, переводя разговор на деятельность аяуаски в качестве учителя растений.

- Вы можете выучить икарос [лечебные песни]. Я выучил икарос, которому меня не научил ни один человек. А еще я научилась лечить: я ухаживаю за людьми, когда они заболевают и им плохо, а потом им становится лучше. То же самое, когда они страдают от страха. Аяуаска также учит вас лечить людей с ревматизмом и диабетом; когда вы пьете аяуаску, она говорит вам: «Этот человек нездоров и ему нужно принять такое-то растение». Таким образом, человек учится постепенно, и когда человек появляется с симптомами болезни, которую вы ранее излечили с помощью растения, о котором вам говорила аяуаска, тогда вы знаете, как лечить этого человека. Это опыт. Человек может задаться вопросом: «Как так получилось, что, просто взглянув на меня, он знает, какое растение меня вылечит? Должно быть, он колдун. Но нет, просто у нас был предыдущий опыт с другими людьми. Голосом, который мы слышали, аяуаска подсказала нам, какое растение использовать для лечения человека. Вот как человек учится. Чему еще можно научиться у аяуаски? Для диагностики болезней, которые есть у людей. Когда человек болен, вы пьете аяуаску, а потом видите. В видениях приходят врачи, приходят медсестры, мужчины и женщины в длинных очередях — это я видел; они проходят мимо и заполняют дом.

- Эти доктора — мать аяуаски?

- Да, они мать аяуаски. Они идут длинными очередями, входят, проходят рядом со мной, неся все свое оборудование, мужчины и женщины, доктора и медсестры, и вместе они заполняют дом. А потом их уже не увидишь. Ты только видишь их, когда они проходят мимо, а потом их уже не видишь, а они все время работают, исцеляют, оберегают и защищают тех, кто болен.

- Видели ли вы мать аяуаски в своих видениях?

- Я никогда не видел мать аяуаски как таковую. Я видел существа в форме ягуара, или летучей мыши, или маленьких существ, или колибри, но я никогда не видел человека, который появляется и говорит: «Я мать аяуаски», ни как мужчина, ни как женщина. Но существа, которых я видел, могут превращаться в мужчин и женщин, когда исцеляют пациентов.

- Когда вы, например, увидели колибри, как вы пришли к мысли, что это мать аяуаски?

- Потому что мать аяуаски иногда появляется как колибри, а иногда в других формах. Однажды я увидел несколько огней, которые очерчивали всего человека, все человеческое тело, окруженное огнями и идущее к больным.

- Мать аяуаски мужского или женского пола?

- Слово для обозначения аяуаски на языке шави - ка'пи, мужского рода; но в испанском языке слово ayahuasca женского рода. По моему опыту, мать аяуаски бывает обоих полов и может принимать форму разных существ: иногда женщина, иногда мужчина; иногда птица - например, колибри - иногда насекомое; иногда черный удав, иногда желтый удав. Иногда, когда нужно лечить, мать аяуаски принимает форму врача-мужчины и женщины-врача или военных мужчин и женщин, когда им приходится защищать больных от атак колдунов. Аяуаска имеет несколько матерей и душ, которые могут превращаться в разных естественных существ. Если

это желтая или небесная аяуаска, она ассоциируется с желтым удавом. А если это черная аяуаска, то с черным удавом. И у скай аяуаски есть свой икаро. У меня есть песня желтого удава, которая звучит так [он поет]: у ру ру ри, у ру ру ри. И когда мы это поем, появляется удав, сияющий и полный огней. Это его уру, что означает «сиять».

- Значит, икарос позволяет вам вызывать сущности?

- Да, они для вызова. Желтый удав икаро — это песня, которой меня научила аяуаска. В первые годы, когда я изучал аяуаску, я не умел петь. Однажды я спросил своего дядю Лукаса Пизури Асипали: «Я не слышу икарос, когда пью аяуаску». Как это вы все поете? Он ответил: «Племянник, как только ты узнаешь больше, ты услышишь икарос». Я думал, что икаро просто научились у других людей. Но, как сказал мой дядя, после долгих лет употребления аяуаски я начал слышать икарос и так научился петь. Я пою на своем языке шави. Икарос не только для призыва, но и для исцеления, для защиты, для зачарования людей или успокоения колдунов, которые смотрят на вас плохо или злятся. Есть икарос для хорошей жизни и для изгнания духов, которые наполнили дом во время церемонии. Это необходимо сделать для защиты детей, потому что эти духи могут быть сильными в присутствии детей. Вот почему мы обязаны заставить их вернуться туда, откуда они пришли, как только мы воспользуемся их услугами во время церемонии. Это протокол, который у нас есть для них. Мы приглашаем их на наши церемонии, когда принимаем аяуаску, а затем заставляем их вернуться в места их происхождения. Мы говорим «миссия выполнена» после завершения церемонии.

- Какие болезни могут излечить эти существа?

- Они могут лечить людей, которые думают, что их околдовали. Я думал об этом некоторое время, и, по моему мнению, человек, который думает, что он околдован, по логике вещей заболеет по какой-то причине. Это могут быть заболевания желчного пузыря, почек, легких, мышц или суставов; или они получают воспаление уха или носа; или любое другое заболевание. Люди, которые верят в колдовство, уже верят, что их околдовали, и эта вера изматывает их. И они часто навязывают себе рискованную диету — например, не едят мясо или рыбу с чешуей — и тем самым портят свой организм и отбирают его защитные силы, и все становится все сложнее. Так что же делает аяуаска? Она приходит и исцеляет тех людей, которые думают, что они были околдованы. На второй день, как медик, можно сказать им: «Вы уже вылечены — вас вылечил дух аяуаски». И они почувствуют облегчение, потому что освободились от того, что сковывало их психически. Когда их духи освобождаются, их тела начинают исцелять себя. А вы продолжаете поить их аяуаской. Я не сажаю их на диету. Я говорю: «Ешьте, ешьте все, что есть, но если вам это вредно, немедленно перестаньте есть». Потому что больному человеку, который перестанет есть, станет хуже.

- У меня был случай с пациентом, у которого был перелом позвоночника, по словам врача. Молодой человек, несомненно, нес тяжелые ноши и заболел. Это было дома, среди народа шави, в моем сообществе. Он был у нескольких медиков, но ему сказали, что он заколдован и скоро умрет. Вот почему он пришел ко мне. А так как он верит в колдовство, я дал ему выпить аяуаски. Я тоже выпил, и поставил диагноз, и стало ясно, что есть проблема: колдовство было в его уме, и его нужно было снять. Как

избавиться от этого? Говоря: «Вот, я забрал это у тебя. Аяуаска вылечила тебя. И это освободило его.

- Перед тем, как прийти ко мне, он был в больнице, и ему сказали, что ему нужно сделать операцию, но у него не было денег и он не мог себе этого позволить. Итак, что же нам делать? Я сказал ему: «Вы должны отдохнуть. Вы не собираетесь ничего нести; вы не собираетесь работать. Он все еще думал: «Я умираю. Я не могу выздороветь. Какая еще у меня судьба? Конечно, я умру. Несколько дней спустя он все еще гостил у меня, и я принял аяуаску и сказал ему: «Знаете что? Вы много думаете о смерти. Теперь вы должны изменить свой образ жизни, свой образ мышления». Чтобы заставить его поверить мне, я сказал: «Я собираюсь изменить ваш дух. Я собираюсь вложить в вас другой дух, который думает о жизни, исцелении и жизни; это то, что я собираюсь вложить в вас. И я пел ему, и хорошо за ним ухаживал, и сказал ему: «Теперь, с сегодняшнего дня, я не верю, что ты будешь думать о смерти. Ты должен думать, что ты выздоровеешь». А теперь он растолстел и перестал думать о смерти».

Рафаэль Чанчари дал четкое описание того, как медик может использовать аяуаску для лечения. Но у меня было непреодолимое подозрение, что зелье тоже может ввести людей в заблуждение. Поэтому я спросил: «Может ли аяуаска обмануть вас?»

- Аяуаска не обманывает», - ответил он. - Люди - это те, кто обманывают.

- В том смысле, что люди обманывают самих себя?

- Да. Аяуаска не обманет вас; аяуаска говорит правду. Как аяуаска могла вас обмануть? Она смотрит на вас и видит все, что вы есть, и все, что у вас есть, а также то, когда вы умрете. Потому что люди должны когда-то умереть. Аяуаска также заставляет вас увидеть, что вы умрете.

- Но я видел людей, - сказал я, - в основном иностранцев, которые пьют аяуаску, а потом утверждают, что аяуаска сказала им делать то-то и то-то, и это оказывается чушью.

- Да, - ответил он.

- Поэтому мне кажется, что нужно понять разницу между видением вещей, которые являются правдой, и видением того, что не так. Вам это кажется правильным?

- Да, — ответил он. – Слушай.

- Значит, - сказал я, перебивая его, - значит, аяуаска вводит людей в заблуждение, не так ли?

- Дело не в том, что аяуаска лжет, а в том, что в мире существуют ложь и правда, и аяуаска позволяет вам это увидеть. Аяуаска фокусируется на великих человеческих ценностях; на окружение вашей личной жизни в прошлом, настоящем и будущем; на более важных аспектах жизни в сообществе, нации или в мире. Она не зацикливается на ерунде. И это позволяет увидеть негативное воздействие деятельности человека на окружающую среду через разрушение и отсутствие заботы.

- Есть правила, которым нужно следовать, проверенные и верные со времен наших предков, такие как диета в течение трех дней после употребления аяуаски. Диета состоит в том, чтобы избегать горячей пищи и напитков, чтобы облегчить работу печени; и воздержание от сексуальных отношений, чтобы не стать слабым.

- Аяуаска учит вас ценностям, таким как уважение. И это позволяет совершенствовать себя как личность. Например, она прививает отказ от алкоголя, наркотиков и сигарет. Возможно, слово «внушать» неточно, потому что аяуаска не внушает; она просто делает так, что вашему телу больше не нужно потреблять эти вещи.

- Что касается вашего вопроса, то я, со своей стороны, различаю галлюцинации и видения. По моему опыту, с аяуаской, когда вы слышите сообщение, это правда; и когда вы видите перед собой экран, показывающий, что происходит в мире, это тоже правда. Но иногда у вас есть что-то похожее на интуицию, и вы думаете: «Может быть, так все и происходит», а это неправда.

- А как научиться различать?

- Вам нужны человеческие ценности, чтобы иметь возможность проводить различие. А это требует практики и опыта, причем не одного-двух дней, а в течение длительного периода времени. Теперь, когда у меня есть опыт, то, что я слышу и вижу, верно, но бывают моменты, когда у меня возникают предчувствия, и они не соответствуют действительности.

- Значит, проблема в том, что кто-то вносит свой вклад в процесс, делая прогнозы?

- Да все верно. Вот где ложь: у вас есть что-то похожее на интуицию, вы воображаете вещи, а потом утверждаете их, но они не соответствуют действительности. И это может привести даже к преступлениям. Не так давно здесь, в Икитосе, два иностранца выпили аяуаску и потом один убил другого, потому что видел в видениях, что его друг спит с его женой. Возможно, это была галлюцинация или просто то, что, по его мнению, происходило, и он принял это за чистую монету и подтвердил это, а затем произошли несчастные случаи.

- Если смотреть издалека, - сказал я, - аяуаска может показаться опасной, потому что она может привести людей в экстремальные ситуации, в данном случае вплоть до смерти.

- Да, это опасно. Среди моего народа шави люди убивают друг друга за такие вещи. Это опасно, потому что, если человек не умеет различать истину аяуаски и галлюцинации, так и происходит.

- Так как же уменьшить опасность аяуаски?

- Это сложно, потому что есть люди, которые действуют, не умея контролировать свои эмоции. Я думаю, что важно то, что каждый человек должен научиться контролировать свои эмоции. Например, когда у мужчины создается впечатление, что жена ему изменяет, это вызывает гнев, и он может даже напасть на нее. Это то, что нужно уметь контролировать. Главное — это контроль.

- Многие слышали об айяуаскерос, которые используют свои чары, чтобы обманывать женщин. Похоже, что многие практикующие совершают такого рода злоупотребления. Что Вы думаете об этом?

- Я думаю, что это причина, по которой аяуаска ищет здоровых людей. Чтобы быть медиком, нужно быть здоровым человеком не только физически, но и психически. Здоровый дух в здоровом теле. Потому что аяуаска ведет вас к добру, а не ко злу. Но это люди, которые увлекаются эмоциями и инстинктом. Они пользуются другими. Это не правильно.

- Значит, многое зависит от конкретного человека?

- Это зависит от человека, да. По этой причине аяуаска тренирует вас, учит вас и говорит с вами о ценностях и этике. Однажды я был удивлен, когда она заговорила со мной об этике и морали целительства. Это правда, что многие практикующие пользуются людьми, и когда пациент консультируется с ними, они говорят: «Ах, тебя околдовали. Ты скоро умрешь. Однажды ко мне домой пришла женщина из Лимы и сказала: «Мне сказали, что я умру через три дня. Вот почему я здесь. - А кто вам это сказал, мэм? «Медико, и он хотел взять с меня восемьсот солей (около 215 долларов США) за мое лечение». - Хорошо, мэм, посмотрим. Я выкурил немного мапачо, чтобы успокоиться и сосредоточиться на том, что ее мучило. Я видел, что у нее в голове была проблема, связанная с беспокойством и другими психологическими проблемами. Поэтому я сказал ей: «Мэм, вы не заколдованы. Другой парень не вылечил вас, потому что вы не околдованы; он только хотел взять ваши деньги. Но когда вы покинете мой дом, вы будешь в добром здравии. Она была психически заблокирована, децентрализована и эмоционально неуравновешена до такой степени, что думала, что умрет. И все это было на ментальном уровне. Я сказал ей: «Вы поправитесь. Вы пришли сюда сегодня, завтра будет второй день, а на третий день вы не умрете — вы выздоровеете». «О, спасибо!» - сказала она. Я дунул на нее табачным дымом, чтобы она поверила, что идет на поправку. Вот как работает мапачо: когда вы боитесь, потому что кто-то сказал вам, что вы умрете, вы можете освободиться с помощью мапачо.

- А по-вашему, аяуаска медико должна что-то взимать?

- В прежние времена услуги, оказываемые медиком, заслуживали вознаграждения. У народа шави, когда медик кого-то исцелял, они приносили ему яйцо, иногда приносили ему курицу или рыбу, приготовленную в листьях, или помогали ему в его саду. «Мы собираемся помочь вам, потому что вы исцелили мою жену или моего сына, и поэтому вы заслуживаете вознаграждения». Так было в старые времена. Но сейчас все решают деньги. Исчезли яйца и рыба, завернутая в листья. И многие люди пользуются этим, чтобы брать слишком много денег. Но когда дело доходит до аяуаски, оплата может быть символической. Это может быть яйцо, или каноэ, или какая-то работа в саду. Это зависит от воли человека. В прежние времена традиционные медики не устанавливали цены на лечение.

- Проблема в самих деньгах или в сумме денег?

- Проблема в сумме. Потому что есть люди, которые используют других. Посмотрите хотя бы на случай с женщиной из Лимы: ей сказали, что она заколдована

и что она умрет через три дня, а потом попросили восемьсот солей, чтобы исцелить ее. Но она сказала: «Нет, я иду в Икитос искать кого-то, кто может сказать мне, правда ли это». И она пришла.

- Так какова была справедливая цена в этом случае?

- Женщина, которая должна была умереть через три дня и которая через три дня ушла, чувствуя себя свободной, знаете, сколько она мне дала? Двести солей. Мы поговорили, и я пустил дым мапачо, чтобы успокоить ее страх, и это позволило ей освободиться. И в благодарность она дала мне двести солей. Справедливая оплата определяется волей человека, который оценивает, сколько на самом деле заслуживает медик за лечение.

ГЛАВА 4. Сбивающий с толку терапевтический коктейль

Наука Аяуаски

Banisteriopsis caapi, лоза, листья и цветы

Ученые изучали табак дольше и глубже, чем аяуаску. Начиная с шестнадцатого века, табак очаровывал наблюдателей по всему миру, тогда как аяуаска оставалась малоизвестным амазонским галлюциногеном до второй половины двадцатого века. Наука об аяуаске только начинается.

Рассмотрим вопрос о ботанических сортах. Ученые перечисляют семьдесят шесть различных видов Nicotiana с сильно различающимся содержанием алкалоидов, в том числе несколько растений, которые не производят никотин. Но ботаническая идентичность лозы аяуаска — это совсем другая история. Жители Амазонки уже давно признали различные виды аяуаски, которые «легко отличить… по цвету и форме», как выразился Рафаэль Чанчари. У некоторых есть большие узлы на стеблях, а у других нет; и цвет коры и внутренней древесины варьируется. Но этноботаники настаивают на том, что существует только один вид аяуаски, Banisteriopsis caapi. В 1970-х и 1980-х годах Ричард Эванс Шультс, выдающийся этноботаник двадцатого века, назвал точку зрения коренных народов на аяуаску «путь для будущих исследований» и «загадкой». В 2018 году междисциплинарная группа исследователей, наконец, призвала к пересмотру ботанической классификации лозы аяуаска на основе видимых и широко признанных различий между лозами.

Почему ученым потребовалось так много времени, чтобы разобраться в «загадке» разновидностей аяуаски, сама по себе является загадкой. Генетические исследования различных растений, проводимые в диалоге с амазонскими экспертами, кажутся отправной точкой.

ПРОБЛЕМА С АКТИВНЫМ ВЕЩЕСТВОМ АЯУАСКИ

Также была некоторая путаница в научной идентификации «активного принципа» аяуаски. В 1970-х годах антропологи и химики исследовали молекулярный состав отваров аяуаски и обнаружили, что они часто, но не всегда, содержат ДМТ, мощный галлюциноген, который обычно неактивен при пероральном приеме из-за фермента желудка, который его растворяет; поскольку отвар также содержит алкалоиды гармалы, которые блокируют этот самый желудочный фермент, исследователи сформулировали гипотезу: отвар аяуаски на самом деле является формой перорально активного ДМТ. Эта гипотеза стала общепринятой научной ортодоксальностью в 1980-х годах и с тех пор остается в силе. Независимо от того, поступает ли ДМТ, содержащийся в напитке аяуаски, из примесей растений, а не из самой лозы аяуаски. Независимо от того, алкалоиды гармалы из лозы аяуаски — гармин, гармалин и тетрагидрогармин — также в определенной степени психоактивны. И неважно, подразумевает ли объяснение, основанное на ДМТ, что амазонцы ошибаются, считая лозу аяуаски центральным компонентом напитка, носящего ее имя[10].

Дополнительная проблема с объяснением, основанным на ДМТ, заключается в том, что аяуаска, приготовленная только из лозы, действительно вызывает видения, хотя и менее красочные и зрелищные, чем содержащие ДМТ напитки. По словам этноботаника Уэйда Дэвиса: «Сам по себе настой растения вызывает тонкие видения, синие и пурпурные, медленные волнообразные волны цвета».

В некоторых частях Амазонки люди готовят отвары или настои из чистых лоз аяуаски без каких-либо добавок либо путем кипячения кусочков лозы в течение нескольких часов, либо путем мацерации пюре из лоз в холодной воде. В 1874 году ботаник Ричард Спрус рассказал о приготовлении экстракта Banisteriopsis caapi из холодной воды в регионе Ваупес в Колумбии, написав: «Используется нижняя часть стебля. Некоторое его количество взбивается в ступке с водой… Когда он достаточно растерт, его пропускают через сито, которое отделяет древесные волокна, а к остатку добавляется достаточное количество воды, чтобы сделать его пригодным для питья. Приготовленный таким образом, цвет его коричневато-зеленый, а вкус горький и неприятный». Почти сто лет спустя антрополог Херардо Райхель-Долматофф описал тот же метод приготовления в том же районе Колумбии: «Несколько кусочков свежей лианы банистериопсиса толщиной с палец растирают в деревянном корыте с холодной водой, добавленной позже. Жидкость пропускают через сито для удаления волокнистого материала и мелких кусочков коры, а затем собирают в

[10] Ривьер и Линдгрен, «Аяваска», проанализировали девять образцов аяуаски, три из которых не содержали ДМТ, а Каллауэй, «Различные профили алкалоидов», обнаружили, что один образец аяуаски из двадцати девяти не содержал ДМТ. МакКенна и др., «Ингибиторы моноаминоксидазы», сформулировали объяснение, основанное на ДМТ.

декорированный керамический сосуд, сделанный специально для этой цели». Рейхель-Долматофф выпил шесть чашек этого настоя и сообщил, что видел видения павлиньих хвостов, фейерверков, восточных и тибетских гобеленов, волнообразных цветов в движении и микрофотографий растений, среди многих других вещей — не оставляя сомнений в том, что экстракты одной только лозы обладают провидческими свойствами[11].

Совсем недавно исследователи, проводившие полевые исследования среди жителей Амазонки, сообщили о последствиях употребления аяуаски только из лозы. Лингвист Гейл Хайпайн пишет на основе своих полевых исследований среди народа напо руна в Эквадоре:

Лоза аяуаски не является провидческой, как ДМТ. Видения от напитков, состоящих только из лозы, туманны, монохромны, как силуэты, клубящийся дым или облака, движущиеся по ночному небу. Именно потому, что их созерцаниение обычно монохроматично, лианы классифицируются по цвету зрения, которое они производят: белый, черный, синий, красный (по моему опыту, темно-бордовый). Змеи, наиболее распространенное видение аяуаски, считаются проявленным духом лозы. Видения бывает трудно разглядеть; на самом деле «видения» могут быть вовсе не зрительными, а слуховыми, соматическими или интуитивными. Но лоза несет в себе содержание вести, учение и понимание. Лист помогает освещать содержание, но учения приписываются лозе… Лоза - Учитель, Целитель, Проводник. Цель употребления аяуаски - получить послание, которое она передает. Вот почему именно лоза, а не лист, классифицируется по типу видения, которое она дает.

Под «листом» Хайпайн имеет в виду содержащие ДМТ листья растений-примесей, которые добавляют к толченым лозам аяуаски во время приготовления напитка.

В статье, озаглавленной «Употребление аяуаски без ДМТ — мощное и традиционное средство», химик Маттео Полити описывает употребление аяуаски только с вином как мощное переживание, которое сделало его неспособным вставать или ходить и вызывало очищение, видения и глубокие состояния осознанности. Это отсутствие координации движений согласуется с сообщениями людей, которые принимали большие дозы гармалина — вещества, которое также может вызывать обильные, яркие и яркие образы у людей с закрытыми глазами. Это говорит о том, что гармалин может играть важную роль в воздействии аяуаски, содержащей только лозу.

То же самое можно сказать и о тетрагидрогармине; по словам химика Джейса К. Каллауэя, который проанализировал тридцать пять образцов Banisteriopsis caapi и обнаружил значительную корреляцию между содержанием алкалоидов и

---

[11] Цитаты взяты из Spruce, «On Some Remarkable Narcotics», 184, и Reichel-Dolmatoff, «Cultural Context of a Aboriginal Hallucinogen», 89, 91–92. Спрус выпил единственную чашку аяуаски, состоящей только из лозы, затем взял большую банку пива из мандиоки, а также «большую сигару, два фута в длину и толщиной с запястье», от которой он сделал несколько затяжек, и, наконец, чашку пальмового вина. Он сообщил, что чувствует тошноту, которую преодолевает, лежа в гамаке и выпивая чашку кофе. Хозяева Спруса Тукано в то время, похоже, не предъявляли строгих требований к диете.

субъективным эффектом производимых ими напитков аяуаски: высокий, по сравнению с гармином и гармалином. Они объяснили, что такие чаи придают опыту больше «силы».

Гармин также обладает заметными психоактивными эффектами. А взаимодействия и синергизм многочисленных алкалоидов лозы еще предстоит изучить, и они могут способствовать ее дальновидным свойствам. Ученые называют это эффектом «антуража», при котором различные алкалоиды, присутствующие в лозе, «сотрудничают» для получения более эффективного конечного результата, чем различные соединения в чистом виде и по отдельности[12].

В последние годы ученые пришли к пониманию того, что вещества, содержащиеся в лозе аяуаски, обладают широким спектром полезных для здоровья свойств. Все три алкалоида гармалы вызывают образование новых нейронов; гармин, в частности, также обладает противовоспалительными, обезболивающими, противомикробными, антиоксидантными, антиаддиктивными, антидепрессивными и, возможно, противопаркинсоническими и противоопухолевыми свойствами[13].

Этноботаник Дейл Миллард комментирует:

«Кажется, что в западном понимании аяуаски действительно был уклон в сторону визионерских аспектов и эмпирических явлений. Хотя они считаются первостепенными для опыта, и исследования потенциала аяуаски в лечении психических и психологических проблем набирают обороты, на сегодняшний день мало что известно о применении этого лекарства в лечении болезней тела. Только из неподтвержденной информации мы знаем, что амазонские практикующие используют аяуаску для лечения широкого спектра физиологических заболеваний и жалоб. Гармин уже продемонстрировал удивительно широкий спектр активности, что подтверждает гипотезу о том, что при регулярном приеме в нетоксичных дозах, как это имеет место у подавляющего большинства любителей аяуаски, он вполне может обладать широким спектром и положительными оздоровительными свойствами. Представленные до сих пор данные, в частности, касающиеся заболеваний, в отношении которых традиционная медицина в настоящее время ставит под сомнение, демонстрируют полезность этого соединения, и особенно аяуаски, как потенциального лекарства не только для лечения психических и психосоматических проблем, но и для широкого круга заболеваний, физиологических

---

[12] Шенберг и др., «Острые двухфазные эффекты», 20–21, обнаружили, что гармин и гармалин оказывают специфическое влияние на электроэнцефалограмму (ЭЭГ) человека, подразумевая, что они способствуют психоактивному воздействию аяуаски на мозг. Dos Santos et al., «What Mental Health Professionals», 106, обсуждают «окружающий» эффект алкалоидов аяуаски. Шульгин и Шульгина, TIHKAL, 455–56, сообщают об эффектах гармина. Beyer, Singing to the Plants, 218, упоминает о взаимодействии алкалоидов лозы.

[13] См. dos Santos and Hallak, «Effects of the Natural β-Carboline Alkaloid»; Моралес-Гарсия и др., «Алкалоиды Banisteriopsis caapi»; и Ферраз и др., «Доклинические исследования». Что касается болезни Паркинсона, доклинические исследования поддерживают использование экстрактов только лозы для улучшения двигательной функции у пациентов — см. Schwarz et al., «Activities of Extract» и Djamshidian et al., «Banisteriopsis caapi».

патологий человека. Выдающаяся на первый взгляд способность гармина вмешиваться в важнейшие метаболические процессы в таком широком спектре патологических организмов и раковых клеток, но при этом способствовать здоровому росту нервных сетей, костной и суставной тканей и β-клеток поджелудочной железы, представляет большой интерес и важность. тем более, что эти ткани обычно дегенерируют у всех нас с возрастом».

Текущие исследования оздоровительных свойств веществ, содержащихся в лозе аяуаски, безусловно, согласуются с мнением амазонцев о том, что сама лоза является основным компонентом напитка[14].

Тенденция современных ученых приписывать эффекты аяуаски исключительно ДМТ, который иногда содержится в ней, требует пересмотра. Для некоторых амазонских экспертов растения-примеси, содержащие ДМТ, просто служат для того, чтобы осветлить и прояснить видения, что облегчает задачу для новичков, но опытный айяуаскеро учится видеть видения даже при слабом освещении. С этой точки зрения эффектные цветные видения, вызванные ДМТ, являются просто отвлекающими факторами или «побочными эффектами».

Как говорит Рафаэль Чанчари, пить аяуаску, приготовленную только из лозы, «полезно для здоровья; это укрепляет вас и дает вам видения».

АЯУАСКА КАК КОМПЛЕКСНЫЙ КОКТЕЙЛЬ

Ученым нравится стандартизировать вещества, которые они изучают, потому что научный метод требует повторных испытаний в разное время и в разных местах без изменения объекта исследования[15]. Но не существует «стандартной» аяуаски. Любая данная смесь содержит лозу аяуаски, но помимо этого, остальное содержимое полностью зависит от человека, готовящего напиток. Этноботаник Джонатан Отт перечисляет 97 видов амазонских растений в качестве подтвержденных добавок аяуаски, включая табак, тоэ, коку и два вида, содержащих ДМТ, включая Psychotria viridis (чакруна). Это означает, что любой данный напиток может содержать или не содержать никотин, скополамин, кокаин или ДМТ, которые сами по себе являются сильнодействующими психоактивными веществами. Отт предлагает думать об аяуаске как о «универсальном фармакологическом средстве». В этом случае дать точное молекулярное определение аяуаски невозможно.

Как пишет историк Константино Мануэль Торрес: «Исследования происхождения аяуаски выявили множество напитков, распространенных по всей Южной Америке, каждый из которых различался в зависимости от доступности

---

[14] См. Frecska et al., «Therapeutic Potentials of Ayahuasca», 5, которые пишут: «Высокое содержание биологически активных веществ в Ayahuasca указывает на комбинированный механизм различных эффектов и требует дальнейших клинических исследований для выявления подробной фармакологии компонентов».

[15] См., например, Wang et al., «Composition, Standardization», чье исследование направлено на стандартизацию экстрактов лозы аяуаски, и в итоге они представили подробные и интересные результаты, касающиеся биологически активных соединений, содержащихся в лозе.

растений, культурных пристрастий к употреблению и ритуальных требований. Не существует фиксированного рецепта, и состав зелья варьируется».

В 2020 году исследователь Хелле Каасик и ее коллеги проанализировали химический состав 102 образцов аяуаски из разных мест и обнаружили в среднем на 54% больше ДМТ в напитках неошаманских фасилитаторов, чем в напитках коренных амазонских шаманов. Для Каасика эти напитки с высоким содержанием ДМТ «подчеркивают спотыкание, а не исцеление».

Даже чистый экстракт лозы, не содержащий никаких добавок, представляет собой сложный коктейль, содержащий множество биологически активных соединений, помимо алкалоидов гармалы, которые могут способствовать его действию.

Одно можно сказать наверняка: прежде чем пить аяуаску, люди получают информацию об истинном содержании жидкости. В Европе были случаи, когда так называемая аяуаска вообще не содержала амазонских растений, а в смесь добавляли фармацевтические антидепрессанты[16].

Как говорит Рафаэль Чанчари, важно спрашивать человека, который разливает напиток, что в нем содержится; и практикующий должен быть честным.

ВОЗДЕЙСТВИЕ АЯУАСКИ НА МОЗГ И ТЕЛО

Ученые, изучающие аяуаску, часто заявляют, что они не полностью понимают, как аяуаска действует на мозг и тело[17]. Однако недавно нейробиологи добились впечатляющих успехов в понимании действия других галлюциногенов, таких как псилоцибин и ЛСД, с помощью технологии визуализации мозга. Короче говоря, молекулы этих веществ попадают в мозг и связываются с рецепторами серотонина на конкретных нейронах, которые обычно играют ключевую роль в организации общей деятельности мозга. Возбуждая эти нейроны и нарушая их нормальную активность, эти галлюциногенные молекулы снижают мозговую активность в важных центрах интеграции и маршрутизации информации в мозге. Это позволяет отдельным сетям нейронов легче взаимодействовать друг с другом, и мозг, по-видимому, работает с большей гибкостью и взаимосвязью под действием галлюциногенов.

В случае с аяуаской, исследований по визуализации головного мозга все еще мало. Те, что существуют, включают в себя аяуаску, содержащую ДМТ, и дают результаты, аналогичные тем, которые были получены при исследованиях псилоцибина и ЛСД, вовлекая те же рецепторы серотонина и подобное нарушение активности мозга. Тем не менее, аяуаска, содержащая ДМТ, также имеет свои отличия

---

[16] Каасик (личное сообщение 2020 г.) обнаружил следы фармацевтического антидепрессанта моклобемида в нескольких образцах фальшивой европейской «аяуаски».

[17] Малкольм и Ли, «Аяуаска», 43: «Аяуаска имеет сложный фармакологический механизм, который еще полностью не выяснен». Дос Сантос и Халлак, «Аяуаска, древняя субстанция», 4: «Нейральная основа и механизм действия терапевтического эффекта серотонинергических галлюциногенов еще полностью не изучены».

от других галлюциногенов; в частности, она стимулирует зрительную кору так же сильно, как наблюдение естественных изображений открытыми глазами; и это стимулирует область лобной коры, связанную с преднамеренным перспективным воображением, которое активно, когда люди находят решения проблем. Так, образы мозга подтверждают, по крайней мере, предварительно, что употребление аяуаски, содержащей ДМТ, позволяет человеку видеть яркие видения с закрытыми глазами и находить решения[18].

К сожалению, нейробиологическим исследованиям еще предстоит изучить влияние аяуаски, содержащей только лозу, на человеческий мозг.

Помимо неврологии, недавние научные исследования показали, что ритуальное и клиническое использование аяуаски обладает терапевтическим потенциалом для лечения ряда заболеваний и недомоганий, включая депрессию, посттравматическое стрессовое расстройство, тревогу и зависимость.

Когда ученые проводят клинические испытания аяуаски, они неизменно используют отвары, содержащие ДМТ, которые они склонны представлять как «типичную» или «стандартную» версию[19].

Клинические испытания показали, что этот вид аяуаски относительно безопасен и не имеет признаков физиологической токсичности при длительном употреблении. Негативного воздействия на организм она не оказывает.

Конечно, это ничего не говорит об аяуаске, с которой люди могут столкнуться вне лаборатории и которая может содержать никотин или скополамин и оказаться токсичной или даже смертельной.

За прошедшие годы было несколько сообщений о смертях, связанных с употреблением аяуаски, но во всех случая казалось, что виноваты другие вещества.

---

[18] Дос Сантос и др., What Mental Health Professionals, стр. 107: «По сравнению с другими галлюциногенами, такими как псилоцибин, нейровизуализационные исследования с аяуаской все еще немногочисленны, но эта картина должна измениться в ближайшем будущем, так как растет число количество исследований с аяуаской». См. Араужо и др., «Видение с закрытыми глазами» об областях мозга, стимулируемых аяуаской.

[19] В своих отчетах научные исследователи описывают аяуаску как «обычно полученную путем отвара двух растений амазонской флоры: куста Psychotria viridis, содержащего ДМТ, и лианы Banisteriopsis caapi, содержащей ИМАО» (Viol et al., «Shannon Entropy», 2, «Оони называют проанализированную партию «стандартным образцом… состоящим из стеблей B. caapi (богатых гармином, ТГГ и гармалином) в сочетании с промытыми листьями P. viridis (богатые ДМТ), которые кипятили и концентрировали в течение нескольких часов» (Osório et al., «Антидепрессивные эффекты»). Uthaug et al., «Sub-acute and Long-Term Effects», 2979, дают следующее определение настоя: «Аяуаска готовится из куста Psychotria viridis, который содержит агонист серотонинергических рецепторов 2A N, N-диметилтриптамин (ДМТ) и Banisteriopsis caapiliana, который содержит β-карболиновые алкалоиды, такие как гармин, гармалин и тетрагидрогармин». Schenberg et al., «Острые двухфазные эффекты» являются заметным исключением в этой тенденции, сосредоточенной на ДМТ; с самого начала понимая, что лоза аяуаска и ее алкалоиды играют роль в воздействии напитка на мозг, они искали и обнаружили психоактивные эффекты гармина и гармалина с помощью измерения ЭЭГ.

Судебно-медицинская экспертиза не проводилась ни в одном из случаев. И никогда не сообщалось о смерти в клинических испытаниях аяуаски.

Сама аяуаска, понимаемая как научно одобренная версия напитка, содержащего строгую комбинацию лозы аяуаски и содержащей ДМТ в листьях куста Psychotria viridis (чакруна), кажется относительно безвредной физически. Смертельная доза для этого вида аяуаски оценивается в двадцать раз больше обычной эффективной дозы. Это примерно соответствует примерно двум литрам аяуаски, маловероятному количеству для употребления; напиток часто имеет неприятный вкус и вызывает рвоту, поэтому маловероятно, чтобы кто-то мог выпить такое количество и удержать его достаточно долго, чтобы наступила смерть. Для сравнения, алкоголь может быть смертельным в дозе, в десять раз превышающей его эффективную, что указывает на то, что «пероральный прием ДМТ в составе аяуаски имеет приемлемую токсичность для человека»[20] и что, согласно исследованиям, он менее смертелен, чем алкоголь.

Фактически, недавние исследования показывают, что разумные дозы ДМТ могут играть положительную роль в организме человека, особенно в защите тканей, регенерации нейронов и укреплении иммунной системы.

Как и другие классические галлюциногены, аяуаска не вызывает привыкания. Напротив, в настоящее время имеются убедительные доказательства того, что она действует как антиаддиктивный препарат, помогая людям избавиться от зависимости от таких веществ, как алкоголь, опиаты и кокаин. Этому есть несколько возможных объяснений. Во-первых, гармин и гармалин, содержащиеся в отваре, стимулируют высвобождение дофамина в «центре вознаграждения» мозга, что снижает тягу и стремление к повторному самоотравлению; и одновременно ДМТ в напитке стимулирует серотониновые рецепторы таким образом, что ингибирует высвобождение дофамина в том же самом центре. Таким образом, аяуаска, по-видимому, одновременно повышает и понижает уровень дофамина в ключевых частях мозга, что приводит к уравновешивающему или нормализующему эффекту на уровень дофамина.

Другим возможным объяснением антиаддиктивных свойств аяуаски является ее способность стимулировать рост новых нейронов. Помимо возможной активности ДМТ в регенерации нейронов, было показано, что гармин, гармалин и тетрагидрогармин действуют на живые клетки в лаборатории. Возможно, аяуаска помогает «перемонтировать» нейронные связи в дофаминовом центре вознаграждения, которые были затронуты аддиктивным поведением, способствуя

---

[20] Относительно летальной дозы см. Malcolm and Lee, «Ayahuasca», 40, и dos Santos and Hallak, «Ayahuasca, an Ancient Substance», 5. Dos Santos, «Safety and Side Effects», 70, ссылается на «стандартная доза аяуаски 2 мл/кг массы тела»; это подразумевает дозу 100 мл для взрослой женщины весом 50 кг; 20 раз это количество составляет 2 литра. Конечно, аяуаску можно уварить в густой и сильнодействующий сироп, и в таких случая средняя эффективная доза становится меньше; Kaasik et al., «Chemical Composition», 10, приводит 25 мл в качестве «обычной церемониальной дозы» для женщин, служащих в церквях Санто-Дайме в Бразилии — в этом случае 20-кратное количество будет составлять пол-литра, что остается трудной задачей.

формированию новых нейронных сетей; и это может уменьшить аддиктивное поведение.

Кроме того, предварительные исследования показывают, что аяуаска улучшает познание и обучение. Лабораторные исследования показали, что гармин улучшает обучение и память у грызунов. А одно недавнее исследование продемонстрировало долгосрочное улучшение когнитивного стиля мышления у здоровых потребителей аяуаски.

Исследования также показывают, что аяуаска действует как антидепрессант. Предварительные исследования показывают, что однократная доза аяуаски приводит к значительному уменьшению депрессивных симптомов в течение как минимум двадцати одного дня у пациентов с рецидивирующей депрессией. Одно недавнее исследование показало, что одна доза аяуаски вызывает значительное клиническое улучшение у 80 процентов пациентов, причем эффект длится шесть месяцев. Ученые, участвовавшие в этом исследовании, предполагают, что антидепрессивное действие аяуаски может быть связано с ее способностью увеличивать кровоток в областях мозга, связанных с депрессивными симптомами.

Это исследование перекликается с лечением Рафаэлем Чанчари молодого человека с переломом позвоночника: будучи медиком, он дал ему разовую дозу аяуаски, чтобы изменить его депрессивное мышление, что дало убедительные результаты.

ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПОБОЧНЫЕ ЭФФЕКТЫ И ТЕМНАЯ СТОРОНА АЯУАСКИ

Ученые начали признавать терапевтический потенциал аяуаски, и у этого есть список противопоказаний. Аяуаска не рекомендуется людям, страдающим психозом, шизофренией, биполярным расстройством или сердечно-сосудистыми заболеваниями, а также тем, кто принимает фармацевтические препараты, такие как антидепрессанты, успокаивающие средства, лекарства от гипертонии, амфетамины, седативные средства или снотворные. ОнА также не рекомендуется беременным женщинам.

Помимо этих противопоказаний, иногда случается так, что здоровые люди, которые должным образом подготовились и пьют аяуаску, тем не менее, в конечном итоге чувствуют себя глубоко сбитыми с толку этим опытом. Аяуаска может иметь неприятный и деструктивный эффект на людей. Это редкое явление, которое ученые называют «транзиторным психотическим кризисом», остается малоизученным и требует дальнейшего изучения.

Дело в том, что употребление аяуаски всегда является рискованным занятием. Поскольку напиток действует как «психоделик» — что означает «психическое раскрытие», — вы рискуете своей психикой, когда пьете его. Вы никогда не знаете, что этот мощный галлюциноген расскажет о вас, пока вы его не проглотите; но потом уже поздно возвращаться.

Антрополог Луис Эдуардо Луна указывает на часть проблемы:

«Самые большие опасности аяуаски не связаны с потенциальными неблагоприятными физиологическими проблемами, которых немного и их можно избежать с помощью надлежащей информации, и даже не с психологическими проблемами, которые в большинстве случаев можно контролировать с помощью правильной установки и обстановки (хотя, конечно, любой человек с серьезным психотическим вопросам следует воздерживаться от аяуаски). Настоящая проблема связана с инфляцией эго, от которой никто не застрахован. Это может принимать форму мессианских заблуждений и различного рода злоупотреблений, таких как использование в своих интересах уязвимой ситуации, в которой оказываются неопытные люди, либо из-за их страха, их наивности, либо из-за их благодарности к человеку, который способствовал их опыту с аяуаской».

К сожалению, использование людей, принимавших аяуаску, стало широко распространенным явлением, особенно когда речь идет о мужчинах, практикующих аяуаску, сексуально насилующих и нападающих на женщин. В последние годы появилось множество сообщений на этот счет.

Употребление аяуаски делает людей внушаемыми и снимает их защитные механизмы. Это часть трансформационного потенциала напитка, но оно также ставит пользователей в уязвимое положение. Этим пользуются недобросовестные специалисты. Как указывает психолог Рэйчел Харрис, все отчеты и жалобы на сегодняшний день о сексуальном насилии касаются мужчин, практикующих аяуаску, жестоко обращающихся с женщинами[21].

Рафаэль Чанчари предполагает, что люди, работающие с аяуаской, должны понимать разницу между видениями аяуаски и их собственными проекциями и учиться самоконтролю. Это требует длительной и сложной подготовки, а также соблюдения проверенных рецептов, таких как отказ от определенных продуктов и воздержание от сексуальных отношений до и после употребления напитка.

Ученые, которые изучают терапевтический потенциал аяуаски, получают выгоду от принятия во внимание темной стороны напитка, если они хотят достичь полного понимания.

---

[21] Harris, Listening to Ayahuasca, 167. См. также публикацию Chacruna Institute of Psychedelic Plant Medicines «Рекомендации сообщества Ayahuasca по информированию о сексуальном насилии», в которой отмечается о довольно распространенности данного явления. Точные цифры получить сложно, так как большинство случаев никогда не выявляются; тем не менее, эта проблема общеизвестна в сообществе аяуаски. Этот онлайн-документ содержит ряд полезных рекомендаций по безопасности.

АЯУАСКА ПРИЗЫВАЕТ К НОВОМУ ВИДУ ИССЛЕДОВАНИЙ

Для жителей Амазонки важная часть эффективности аяуаски заключается в ее слабительном эффекте[22]. Вот почему они называют ее la purga. Как говорит Рафаэль Чанчари, настой очищает желудок и кишечник и избавляет от кишечных паразитов. А научные исследования подтверждают, что алкалоиды гармалы, содержащиеся в лозе аяуаски, обладают противопаразитарными свойствами.

Но когда дело доходит до собственно очищения, ученые, изучающие аяуаску в лабораториях и клиниках, чаще всего называют рвоту «побочным эффектом». Некоторые даже предлагают давать своим испытуемым инкапсулированную лиофилизированную аяуаску, чтобы уменьшить рвоту [23]. Чтобы по-настоящему понять la purga, ученым, возможно, придется признать, что использование «психоделической» аяуаски предполагает прежде всего интенсивное телесное переживание.

Одно недавнее этнографическое исследование западных потребителей аяуаски подтвердило терапевтические свойства очищения аяуаской. Участники сообщали об изгнании не только токсичных веществ, накопившихся в их телах, но и «психического мусора» и прошлых травмирующих переживаний.

Помимо основного вопроса очищения, амазонские эксперты утверждают, что икарос (лечебные песни или песнопения) обладают целительной силой, а воздержание от определенных продуктов и поведения может точно настроить способность человека учиться у аяуаски. Однако маловероятно, что в ближайшее время научные протоколы будут включать икарос или подготовительные диеты.

Настоящая наука об аяуаске требует нового типа исследований — таких, которые открывают другой путь познания, без необходимости «верить в это» или «не верить в это». По словам антрополога Эдуардо Вивейроса де Кастро: «Во-первых,

---

[22] Gow, An Amazonian Myth, 139, пишет: «Когда я спросил людей Пиро, почему им нравится принимать аяуаску, они дали два характерных ответа. Во-первых, они говорили, что рвота полезна, и что аяуаска очищает тело от остатков съеденной пищи. Они накапливаются со временем, вызывая общее недомогание и усталость и, в конечном итоге, желание умереть. Аяуаска изгоняет их из организма, и пьющий снова чувствует себя бодрым и молодым. Во-вторых, люди говорили мне, что принимать аяуаску полезно, потому что она заставляет вас видеть: как сказал один человек, «вы можете видеть все, все».

[23] Тошнота и рвота являются наиболее распространенными «побочными эффектами», о которых сообщалось в научной литературе об аяуаске. См., например, dos Santos et al., «What Mental Health Professionals», 105; Сантуш и Халлак, «Аяуаска», 3; и Osório et al., «Antidepressant Effects», 16, 18. Относительно использования лиофилизированной аяуаски см., например, Riba et al., «Effects of the South American Psychoactive» и Osório et al., « Антидепрессивные эффекты», 18. Osório et al. пишут: «В будущих исследованиях было бы интересно попытаться уменьшить рвотный эффект аяуаски путем премедикации противорвотным средством. Другая возможность может состоять в том, чтобы принимать аяуаску в различных составах. Лиофилизированная аяуаска, по-видимому, вызывает меньше рвоты, чем пероральная аяуаска». Первоначально ученые лиофилизировали аяуаску, чтобы замаскировать ее вкус, и проводили двойные слепые исследования с плацебо; они обнаружили, что в лиофилизированной форме аяуаска вызывает меньше рвоты, возможно, потому, что избегают неприятного вкуса, и, возможно, потому, что жидкость в отваре способствует рвоте.

серьезно относиться к мысли туземцев — значит отказываться от ее нейтрализации». Это означает отказ объяснять или рационализировать её, а вместо этого выявлять её последствия и проверять, какое влияние она может оказать на собственное мышление. Вера не имеет ничего общего с этим процессом, как указывает Вивейрос де Кастро, и сформулировать туземную мысль в терминах веры или неверия означает поставить ее на теологические основания; в то время как пение определенных мелодий для воздействия на людей, выпивших аяуаску, или подготовка их тел и разума до и после опыта, по-видимому, имеет больше общего с практическими аспектами существования в мире.

Чтобы вступить в настоящий диалог с амазонскими экспертами, ученым необходимо будет осознать свои собственные предположения — и здесь может помочь аяуаска, потому что известно, что этот напиток помогает людям делать именно это.

БОЛЬШЕ ТРЕНИЙ МЕЖДУ ЗАПАДНЫМИ И КОРЕННЫМИ ВЗГЛЯДАМИ

Амазонские эксперты рассматривают аяуаску как существо, похожее на человека. Работать с этим растением-учителем означает развивать отношения, основанные на уважении.

Ученые, как правило, испытывают трудности с «анимистической» [24] концепцией учителей-растений, хотя исследования показывают, что аяуаска улучшает познание и обучение и активизирует области мозга, связанные с видением образов и поиском решений.

Как указывалось ранее, позиция человека по таким вопросам зависит от его понимания реальности. Люди вольны думать, что хотят, в том числе и о том, что «мать» аяуаски — не более чем результат воздействия алкалоидов настоя на нейроны человека и что это понятие — ненужная персонификация. Однако в данном случае интересно отметить противоположную тенденцию: все большее число западных потребителей аяуаски склонны олицетворять и феминизировать растение и настой, ссылаясь на сущность, которую они называют «Бабушка аяуаска».

Это расходится с амазонской точкой зрения, которая относится к роду аяуаски с большей двусмысленностью [25] . Как говорит Рафаэль Чанчари, «мать» или

---

[24] Тим Ингольд, «Rethinking the Animate», рассматривает анимизм как «способ существования, который является живым и открытым для мира в непрерывном рождении», а не как «систему верований». В «Анимизме, фетишизме и объективизме» Альф Хорнбург пишет: «В этих рамках более строго определенная категория анимизма была бы зарезервирована для промежуточного и вполне разумного предположения, что все живые существа являются субъектами, т. е. наделены определенной *способностью* к восприятию, коммуникации и деятельности». В «Анимизме» Грэм Харви пишет: «Анимисты — это люди, которые признают, что мир полон людей, лишь некоторые из которых — люди, и что жизнь всегда проживается во взаимоотношениях с другими».

[25] Антрополог Франсуаза Барбира Фридман («Шаманские растения и пол», стр. 170), изучавшая определение пола шаманских растений в Верхней Амазонке, подтверждает «отсутствие определения пола» лозы аяуаски коренными жителями перуанской Амазонки. Кроме того, амазонские мифы и истории изображают аяуаску иногда как мужчину, а иногда как женщину; например, народы кашинахуа, витото и ягуа считают хранительницу или мать аяуаски мужчиной, в то время как народы

«владелец» аяуаски может принимать форму колибри, змеи, ягуара, летучей мыши, длинный ряд женщин и мужчин-врачей и медсестер, армии мужчин и женщин-солдат и многих других существ.

У аяуаски нет фиксированного рецепта и фиксированного образа.

Хотя аяуаска значительно менее токсична, чем табак, она остается фармаконом, одновременно и лекарством, и ядом. Она может исцелять, учить, очищать и сбивать с толку — все в одном.

Как говорит Рафаэль Чанчари, все растения-учителя, включая табак и аяуаску, имеют «две души». Они неоднозначны по своей природе и могут доставить неприятности тем, кто с ними работает.

В этой небольшой книге мы объединяем местные знания и науку, потому что они дополняют друг друга и потому, что их сопоставление делает широкий спектр информации доступной для тех, кто может быть заинтересован.

Мы не призываем людей употреблять табак или аяуаску, но понимаем, что обращение с этими мощными растениями требует благоразумия, уважения и знаний.

пиро, канелос кичуа и десана считают ее женщиной — см. соответственно Lagrou, «Cashinahua Cosmovision», 116, 120; Ниньо, «Унамараи, отец Ядже» (цитируется по Luna and White, Ayahuasca Reader, 100); Шомей, Вуар, Савуар, Пувуар, 40; Гоу, Амазонский миф, 142; Уиттен, Саша Руна, 40 лет; и Райхель-Долматофф, Amazonian Cosmos, 36–37; и Шаман и ягуар, 146ff. Антрополог Евгения Фотиу («From Medicine Men to Day Trippers», 148–149) указала на недавнюю тенденцию среди западных потребителей аяуаски феминизировать растение и настой.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В этой короткой книге изложены два способа рассмотрения психоактивных растений. Интеграция этих двух подходов в согласованное и целостное понимание является сложной задачей. Я не хочу рассказывать читателям, как действовать в этом отношении, потому что важно позволить людям делать собственные выводы в соответствии со своими взглядами на мир. Но я могу дать показания о том, как я решаю этот вопрос на личной основе.

Как уже говорилось ранее, я получил образование в области рационализма и материализма. До сих пор, если я хочу что-то понять — вирус, растение, вакцину — я смотрю, что об этом говорит наука. Я хочу знать о молекулах, которые я ввожу в свое тело, и, если возможно, что они делают, когда оказываются внутри.

И поскольку я серьезно отношусь к молекулам, я знаю, что есть много вещей, которые наука не понимает. Ученые, возможно, определили, что никотин играет важную роль в активности табака, но они не имеют четкого представления о том, что происходит в теле, мозге и разуме табачного шамана, который «превращается в ягуара».

Имея честь проводить время с жителями Амазонки, я знаю, что они обладают глубокими знаниями о растениях, телах и разуме, которые они выражают в персонализированных терминах, а не в молекулярных. Снова и снова я обнаруживал, что серьезное отношение к их взглядам приводит к проверяемым и полезным знаниям. Теперь я рассматриваю коренное амазонское знание как связный способ познания, который можно использовать параллельно с наукой.

Я сравниваю использование этих двух систем знания с владением двумя языками. Как двуязычный человек, я знаю, что английский позволяет говорить вещи, которые нельзя сказать по-французски, и наоборот. Например, нет настоящего французского эквивалента слову «шаблон»; словарь предлагает статические слова, означающие «дизайн», «эскиз» или «модель», или же слова, означающие «привычка» или «тенденция», но ничего, что передало бы развивающиеся и богатые временем качества исходной концепции. Точно так же французское слово démarche переводится как «ходьба» или «подход», но в английском языке нет понятия полномасштабного démarche, который граничит с «интеллектуальным рассуждением» или «философией», оставаясь при этом личным и конкретным. Таким образом, думать о мире на английском или французском языке не то же самое, даже для человека, свободно владеющего обоими языками. Конечно, перевод с одного на другой всегда возможен. Но точные дословные переводы, как правило, звучат странно, и переводчики сталкиваются с дилеммой: сделать менее точный выбор, чтобы передать ритм или эмоции оригинала, а это означает, что перевод может граничить с предательством. А некоторые вещи просто вообще не переводятся. Ничто из этого не означает, что один язык лучше другого, просто умение хорошо говорить на обоих и переключаться между ними требует постоянной практики. И начинать изучение с молодых лет тоже помогает.

То же самое верно, когда речь идет об объединении науки и местных знаний. Позвольте мне привести пример. Если меня попросят затронуть тему истинной природы растений, я начну с вопроса: «Как бы на это посмотрели амазонцы? И как на это посмотрят ученые?» Примерно с 1990 года научный взгляд на растения отошел от строго материалистической и бессмысленной точки зрения, и теперь ученые признают, что растения воспринимают, общаются, решают, учатся и запоминают. Возможно, они еще не готовы олицетворять растения, но они приблизились к туземному представлению о растениях как о разумных существах. Так есть ли у растений личности? Например, действительно ли у табака есть «мать»? Много лет назад мне было очень трудно воспринимать всерьез понятие «мать табака». Но я уже не вижу проблемы в том, чтобы считать растение чем-то вроде мощной личности. По моему опыту, употребление табака было похоже на встречу с вспыльчивым человеком. Будучи молодым антропологом, я обнаружил, что одна доза крепкого табака повлияла на мою личность: она заставила меня почувствовать себя теплым, сильным, хищным и мудрым — и настолько глубоко, что я могу вызвать эти чувства спустя десятилетия и подключиться к ним. Я не прошу никого верить, что у табака действительно есть личность. Я также не уверен, что верю, что это действительно так. На самом деле, меня не так уж интересует вера. Но я думаю, что рассматривать табак так, как если бы он обладал индивидуальностью, интересно, и, вероятно, не так уж далеко от истины.

Между тем ученые отказываются от персонификации и настаивают на объективации, потому что таков их метод. Поэтому они отказываются учитывать «индивидуальность» табака, и я сожалею об этом наложенном ограничении, хотя и понимаю его. Но помимо этого я обращаю внимание на то, что ученые готовы сказать по этому поводу. И научная точка зрения состоит в том, что молекулы никотина в растении оказывают всевозможное влияние на наше сердцебиение и гормоны; адреналин, дофамин, эндорфины, тестостерон, эстроген — все эти вещества заполняют нашу систему, когда мы употребляем табак. И я почти не сомневаюсь, что есть связь между этим и тем, что я чувствовал себя теплым, сильным, хищным и мудрым, когда много лет назад глотал пасту старого табачного шамана.

Я не имею в виду, что научное чтение, основанное на молекулах и гормонах, объясняет мой опыт «трансформации ягуара». Но я думаю, что никотин и гормоны способствовали этому. Обе точки зрения могут быть верны одновременно: ученый будет говорить об уровне гормонов, шаман будет говорить о превращении ягуара — оба имеют в виду одно и то же событие, но на двух разных языках. Ни один из них не является «более правильным», чем другой.

Что касается кончины тестя Карлоса Переса Шумы, который превратился в ягуара, приняв сильную дозу табачного сока, а затем умер, потому что его сердце горело, когда с него лился пот: интересно отметить, что передозировка никотина может вызвать сердцебиение. приступы, главным симптомом которых является обильное потоотделение. Опять же, я не претендую на то, чтобы объяснить в рациональных терминах историю, которую я нахожу крайне иррациональной в то время, когда ее слушаю. Скорее, я думаю, что сердечный приступ, вызванный никотином, — это возможность, которая легко дополняет оригинальную историю, но также недоказуема, потому что события произошли слишком давно.

Открывая ценность местных знаний как второго способа познания и дополнения к науке, я чувствую себя лучше подготовленным, чтобы попытаться понять мир. У меня больше концепций, больше ракурсов и больше возможных сценариев.

Я обсудил это с Рафаэлем Чанчари, и он полностью согласен. Будучи двуязычным человеком, он ежедневно переключается между шави и испанским, а также между местными знаниями и наукой. Он говорит, что у него в голове два ящика, по одному для каждого языка, и они могут общаться друг с другом. По его мнению, все двуязычные люди обладают этой способностью двигаться вперед и назад. Он описывает это как навык, который развивается со временем, как жонглирование.

Я думаю, что ключом к интеграции двух разных способов познания является переход от одного к другому достаточно часто и в течение длительного периода времени. Практика делает вас совершенным.

И хотя это требует работы и самоотверженности, я говорю себе, что билингвы получают больше удовольствия.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Вейп, нюхательный табак, рапэ и снюс

По оценкам, 50 миллионов человек во всем мире используют электронные сигареты или «вейп», а 300 миллионов человек используют бездымный табак, такой как нюхательный табак, rapé (произносится как «ha-PAY») и снюс (произносится как «snoose»). По сравнению с курильщиками сигарет общий уровень смертности среди потребителей этих продуктов значительно ниже. Но это не означает, что они безвредны. Для читателей, которым это может быть интересно, в этом приложении представлен обзор опасностей для здоровья, которые они представляют.

ВЕЙП

Электронные сигареты, или вейпы, — явление недавнее, и их влияние на здоровье человека остается в значительной степени неизученным. Потребителям доступны тысячи вкусов, но на сегодняшний день лишь немногие исследования изучали влияние ароматизаторов. Жидкости для электронных сигарет подверглись минимальному регулированию, и их потенциальные побочные эффекты недостаточно изучены.

Электронные сигареты выделяют аэрозоль, а не пар. Пар — это газообразное состояние вещества, обычно твердого или жидкого, например водяного пара; тогда как аэрозоль представляет собой жидкость или твердое вещество, состоящее из мелкодисперсных частиц, взвешенных в газовой среде, например, спрей от блох. На самом деле слово «вейпинг» неправильно названо.

В 2016 году первоначальное исследование показало, что более 90 процентов имеющихся в продаже электронных сигарет содержат ароматизаторы, в основном диацетил и 2,3-пентандион. Эти вещества, которые придают сливочный вкус и способствуют появлению таких ароматов, как масло, карамель, пина-колада и клубника, считаются безопасными в пищевых продуктах. Но когда они нагреваются до точки аэрозолизации, они могут необратимо закупорить мельчайшие дыхательные пути легких. Это состояние впервые появилось в начале 2000-х годов у рабочих, которые вдохнули искусственный аромат масла на предприятиях по переработке попкорна в микроволновой печи; первоначально получившее название «попкорновое легкое», теперь его называют «болезнью легких, связанной с ароматизаторами» или облитерирующим бронхиолитом.

Трудно понять, почему электронные сигареты продолжают содержать вещества, вызывающие такое респираторное заболевание. В 2019 году специалист по общественному здравоохранению Джозеф Аллен, который провел первоначальное исследование токсичных компонентов ароматизаторов электронных сигарет, прокомментировал: «Пользователи электронных сигарет нагревают и вдыхают ароматизирующие химические вещества, которые никогда не проверялись на безопасность при вдыхании. Хотя некоторые производители электронных сигарет заявляют, что они не используют диацетил или 2,3-пентандион, возникает важный вопрос — какие химические вещества они используют для ароматизации? Кроме того, рабочие получают предупреждения об опасности вдыхания ароматизирующих

химикатов. Почему пользователи электронных сигарет не получают таких же предупреждений?»

Другой проблемный аспект электронных сигарет касается самих устройств. Некоторые электронные сигареты позволяют пользователям увеличивать тепло, выделяемое электрической спиралью, для увеличения производства аэрозолей и доставки никотина, и это может радикально изменить химический состав производимых ими аэрозолей. В большинстве случаев более 90 процентов жидкости для электронных сигарет состоит из глицерина и пропиленгликоля, которые не проявляют признаков токсичности в качестве пищевых добавок. Глицерин представляет собой маслянистую жидкость с теплым сладким вкусом, а пропиленгликоль бесцветен и не имеет вкуса, но при сжигании при высоких температурах они разлагаются с образованием канцерогенов формальдегида и ацетальдегида. Исследования показывают, что увеличение напряжения электронных сигарет с 3,2 В до 4,8 В приводит к увеличению уровня этих канцерогенных веществ до двухсот раз, что приближает их к уровню, указанному в сигаретном дыме. В одном недавнем исследовании исследователи протестировали коммерчески доступные электронные сигареты и обнаружили, что все они производят формальдегид и ацетальдегид — в большинстве случаев на уровнях значительно ниже тех, которые наблюдаются в промышленных табачных сигаретах, но в некоторых случая выше этих уровней. Они приписали более высокие уровни устройствам с нагревательными элементами, которые превышали 350°C во время затяжки. Когда температура поднялась выше этого порога, уровни формальдегида и ацетальдегида резко возросли. Это указывает на то, что токсичность электронных сигарет зависит не только от их содержимого, но и от того, как люди их используют.

Недавние исследования также показали, что аэрозоли электронных сигарет содержат металлы, такие как свинец, никель, кадмий и хром. Одно из возможных объяснений этого состоит в том, что металлы в нагревателе выщелачиваются в процессе нагрева. В 2018 году исследователи Пабло Ольмедо и его коллеги взяли образцы пятидесяти шести устройств для электронных сигарет у ежедневных пользователей и обнаружили значительное увеличение концентрации токсичных металлов после распыления жидкостей для электронных сигарет: свинец и цинк увеличились более чем на 2000 процентов, а хром, никель, олово более чем на 600 процентов каждая. Концентрация металлов, обнаруженных в аэрозолях, «превышала текущие санитарные нормы почти в 50% или более образцов на хром, марганец, никель и свинец». Они пришли к выводу: «Эти результаты подтверждают гипотезу о том, что металлы переносятся из устройства (скорее всего, катушки) в жидкость для электронных сигарет и из жидкости для электронных сигарет в аэрозоль, который вдыхает пользователь».

Когда металлы вдыхаются, а не проглатываются, они остаются в организме на значительно более высоких уровнях. Некоторые металлы, такие как цинк, марганец, медь, хром и никель, являются важными элементами, которые жизненно важны для здоровья человека в следовых количествах, но они имеют тенденцию становиться токсичными при вдыхании. Хром и никель связаны с раком легких. А свинец токсичен независимо от того, каким образом вы его поглощаете.

Одно недавнее исследование показало, что мельчайшие частицы меди в аэрозолях электронных сигарет повреждают клетки легких и, в частности, их ДНК,

которую частицы разрушают. Исследователи обнаружили, что воздействие аэрозоля продолжительностью пять минут не повлияло на целостность ДНК клеток легких, но сеансы воздействия продолжительностью более десяти минут привели к значительному повреждению. Это говорит о том, что более частое и продолжительное использование электронных сигарет увеличивает их токсичность.

И большинство электронных сигарет содержат никотин[26], который вызывает сильное привыкание и оказывает значительное влияние на физиологию и здоровье человека.

Наука о вейпинге все еще находится в зачаточном состоянии, и еще предстоит провести много исследований. Возможно, уже существует новое поколение электронных сигарет, более безопасных, чем другие, с нагревательными спиралями, которые не выщелачивают металл и не нагревают выше критического порога в 350°C. Некоторые бренды могут уже выпускать жидкости для электронных сигарет без вредных ароматизаторов. Но в нынешнем нерегулируемом состоянии рынка трудно быть во многом уверенным.

Потребители, безусловно, выиграют, если будут знать состав жидкостей для электронных сигарет, которые они распыляют и вдыхают, а также обращают внимание на качество устройства, которое они используют, и на температуру, на которую они его устанавливают.

Учитывая, что электронные сигареты появились недавно, их влияние на здоровье человека только сейчас становится очевидным. У некоторых потребителей начинают проявляться «травмы легких, связанные с вейпингом». Ухудшающиеся легкие часто употребляющих наркотики становятся хронически воспаленными, что может вызвать ряд проблем, в том числе повышенную уязвимость к респираторным заболеваниям, таким как Covid-19.

Нюхательный табак

В отличие от электронных сигарет, нюхательный табак имеет долгую историю использования человеком и, похоже, не влияет на легкие. Его не следует путать с жевательным табаком, который состоит из рассыпных листьев, плетеных листьев (называемых круткой) или прессованных листьев (называемых вилкой). Имеющийся в продаже нюхательный табак выпускается в виде темного мелкодисперсного порошка, изготовленного из ферментированного и высушенного на огне табака, который пользователи либо вдыхают через нос, либо рассасывают между щекой и десной. Табак, когда его всасывают, также называют «дипом». Нюхательный табак не содержит смол или токсичных газов, образующихся при горении сигарет, а также

---

[26] Электронные сигареты можно понимать как «электронные системы доставки никотина» (см., например, Унгер и Унгер, «Электронные сигареты»), но они не всегда доставляют никотин. Одно недавнее исследование показало, что одна треть восемнадцатилетних в Соединенных Штатах курила вейпинг хотя бы один раз, а среди тех, кто пробовал вейпинг, две трети сообщили, что курят вейпы «просто как ароматизаторы», при этом только 20 процентов - никотина и 6 процентов - вейпинг каннабиса (см. Miech et al., «What Are Kids Vaping?»).

каких-либо вредных веществ, характерных для аэрозолей электронных сигарет. Но это сопряжено со своими рисками.

Нюхание доставляет никотин в кровь почти так же эффективно, как курение и вейпинг, потому что слизистые оболочки рта и носа легко и быстро впитывают его[27]. Это означает, что нюхательный табак вызывает такое же привыкание, как сигареты и электронные сигареты.

Как и большинство видов коммерческого табака, включая трубочный, сигарный, кальянный и жевательный табак, нюхательный табак содержит мощные канцерогены, называемые нитрозамины. Эти вещества образуются во время сушки и обработки табака, так как бактерии производят нитрит, разрушающий алкалоиды растения. Листья зеленого табака практически не содержат нитрозаминов. Присутствие этих токсичных веществ в табачных изделиях сильно различается в зависимости от сорта табака, методов ведения сельского хозяйства, таких как внесение удобрений, и методов сушки. Условия хранения также имеют значение, так как чем дольше табачные изделия остаются на полке при комнатной температуре, тем выше в них уровень нитрозаминов. Одно можно сказать наверняка: употребление любого табака с высоким содержанием нитрозаминов опасно, потому что эти вещества обладают способностью индуцировать опухоли полости рта, пищевода и слизистой оболочки носа[28].

Исследования по использованию нюхательного табака подтверждают это. Нюхание повышает риск развития рака носа, пазух, рта, горла, щек, десен, губ, языка, пищевода и поджелудочной железы. Это также повышает риск сердечного приступа, сердечных заболеваний, высокого кровяного давления, инсульта и диабета 2 типа — и чем больше человек нюхает, тем выше риски. При употреблении нюхательного табака во время беременности повышается риск преждевременных родов и мертворождений.

СНЮС

Как и нюхательный табак, скандинавский снюс представляет собой порошкообразную форму табака, но его воздействие на здоровье человека кажется

---

[27] См. Команда OncoLink, «Бездымный табак и риски для здоровья». Количество никотина в кровотоке после употребления нюхательного табака может быть выше, чем у курильщика сигарет, и никотин может оставаться в кровотоке дольше, но курение доставляет никотин в кровь быстрее, чем любые другие способы введения — см. Benowitz et al. , «Химия никотина».

[28] См. Хехт, «Пришло время регулировать», и сотрудники клиники Майо, «Жевательный табак». Коннолли и Сакснер, «Information Update Research», сообщают, что уровень нитрозаминов в некоторых марках нюхательного табака более чем удваивается после шести месяцев хранения на полке при комнатной температуре. Что касается промышленных сигарет, то содержание нитрозаминов варьируется от полного отсутствия до значительно высокого уровня — см. Wu et al., «Определение канцерогенности» и Edwards et al., «Tobacco-Specific Nitrosamines» — и электронные сигареты также генерируют нитрозамины. в концентрациях, которые варьируются от чрезвычайно низких до весьма значительных, в зависимости от температуры нагревательного элемента, согласно Киму и Шину, «Определение специфики табака», которые призывают к дальнейшим исследованиям по этому вопросу.

менее серьезным. Первоначально произведенный в Швеции, он содержит табак, высушенный на воздухе и пастеризованный паром, а не ферментированный и огневяленый. Это ограничивает рост бактерий, способствующих образованию нитрозаминов. Некоторые шведские бренды практически устраняют проблему нитрозаминов, исключая бактерии из производственного процесса; они также выбирают растения табака, удобренные низким содержанием азота, что еще больше ограничивает выработку нитрозаминов. А скандинавские продукты из снюса обычно хранятся в холодильнике в торговых точках, что также может препятствовать росту бактерий и образованию нитрозаминов.

В течение многих лет исследования неблагоприятного воздействия скандинавского снюса на здоровье были безрезультатными, что резко контрастировало с другими табачными изделиями. Но шведские ученые недавно продемонстрировали, что скандинавские потребители снюса действительно подвержены более высокому риску развития диабета 2 типа, а заядлые потребители представляют риск, аналогичный риску курильщиков сигарет. Известно, что никотин повышает резистентность к инсулину и, следовательно, риск развития диабета 2 типа. Учитывая, что потребление северного снюса не имеет однозначной связи с сердечно-сосудистыми заболеваниями или раком, София Карлссон и ее коллеги, проводившие это исследование, прокомментировали: связанные с этим риски сердечно-сосудистых заболеваний и рака могут быть связаны с другими компонентами табачного дыма.[29]

Нордический снюс, по-видимому, представляет меньший риск для здоровья человека, чем большинство других табачных изделий. Исследования показывают, что у его потребителей низкая смертность, связанная с табаком. Но скандинавский снюс по-прежнему запрещен в Европейском союзе, и лишь несколько стран разрешают его распространение, включая Швецию, Норвегию, Южную Африку и США. Возможно, это связано с тем, что нордический снюс содержит большое количество никотина, который он доставляет в хорошо усваиваемой форме. И никотин может иметь значительные последствия для здоровья человека. Например, он наносит вред плоду, поэтому беременным и кормящим матерям лучше избегать употребления никотина в любой форме, включая скандинавский снюс.

Здесь важно отметить, что некоторые табачные компании в настоящее время продают продукт под названием «снюс», также известный как «американский снюс», не указывая, как они его производят и что в нем содержится. Это затрудняет определение того, используют ли они, например, пастеризованный табак. В отличие от скандинавского снюса, американский снюс содержит сахар и относительно низкий

---

[29] Carlsson et al., «Physiology, Cholinergic Receptors», 405. Что касается неубедительного характера научных исследований воздействия скандинавского снюса на здоровье человека, то первоначальные исследования связывали его с более высокой заболеваемостью раком ротовой полости и раком поджелудочной железы, но недавние крупномасштабные обзоры, такие как Gakidos et al., «Global, Regional, and National» и Araghi et al., «Use of Moist Oral Snuff», не находят доказательств в поддержку таких утверждений. В случае резистентности к инсулину никотин изменяет химические процессы в наших клетках таким образом, что они становятся менее чувствительными к инсулину, который необходим им для извлечения глюкозы из крови для использования в качестве энергии; это вызывает накопление сахара в крови, что в конечном итоге может привести к диабету 2 типа.

уровень легкоусвояемого никотина; как таковой, он, кажется, предназначен для дополнения курения сигарет, а не для его замены. Химический анализ показывает, что американский снюс содержит в среднем в два раза больше нитрозаминов, чем скандинавский снюс. Но на данный момент секретность, окружающая производство американского снюса, затрудняет определение истинной природы этого продукта.

РАПЭ

И последнее, но не менее важное: рапэ. Этот нюхательный табак из Южной Америки недавно приобрел международную популярность. Коренные амазонцы тысячелетиями готовили рапэ в различных формах, используя его в различных медицинских, ритуальных и социальных целях. Рапе, как правило, производится из Nicotiana rustica и поэтому содержит высокий уровень никотина. Он также может содержать щелочную золу, которая увеличивает доступность никотина, а также другие растительные материалы, такие как корица и какао, для аромата.

На сегодняшний день только в одном исследовании изучался химический состав различных видов рапэ на основе десяти коммерческих продуктов, закупленных в Бразилии, и двух видов рапэ, изготовленных вручную коренными жителями Амазонки. Примечательно, что уровень нитрозаминов в рапэ ручного изготовления был аналогичен таковому в скандинавском снюсе, тогда как в коммерческом рапе уровень нитрозаминов был в среднем в пятнадцать раз выше. Исследователи объяснили эту разницу использованием ферментированного табака коммерческими брендами. Тем не менее, два местных сорта рапэ имели более высокий уровень канцерогенных углеводородов по сравнению с их коммерческими аналогами, что указывает на то, что они были изготовлены из табака, высушенного на огне.

Одного исследования, включающего в общей сложности двенадцать образцов, явно недостаточно для обобщений. А производство рапэ совершенно не регулируется, поэтому любой рапэ может содержать или не содержать ферментированный или высушенный на огне табак, а также ряд растительных примесей; как и другие формы нюхательного табака, рапэ значительно различается по составу. На сегодняшний день не проводилось исследований его воздействия на здоровье. Все это затрудняет оценку рисков, связанных с этим южноамериканским табачным изделием.

Необходимы дополнительные исследования.

В заключение, случай снюса Nordic показывает, что можно снизить опасность табачных изделий, тщательно обрабатывая табачные растения от начала до конца. Это включает в себя внимание к выращиванию, обработке и хранению, а также отказ от ферментированного и высушенного на огне табака. И пользователи, вероятно, выиграют от охлаждения своих табачных изделий, если это возможно.

Ни один табачный или никотинсодержащий продукт не может считаться безопасным. Табак — сильнодействующее растение, а его главный алкалоид никотин — сильнодействующее вещество. Во всех случая с табаком и никотином нужно обращаться очень осторожно.

ОБ АВТОРАХ

Джереми Нарби родился в 1959 году в Монреале, Канада. Он изучал историю в Кентском университете в Кентербери и получил степень доктора антропологии в Стэнфордском университете. Он провел несколько лет, живя с народом ашанинка в перуанской Амазонии, каталогизируя местное использование ресурсов тропических лесов. С 1990 года он работает в швейцарской гуманитарной организации Nouvelle Planète, занимающейся сбором средств для инициатив коренных народов Амазонки по получению прав на землю, созданию двуязычных образовательных программ и защите тропических лесов от разрушения и загрязнения. Он написал несколько книг о знаниях амазонцев, в том числе «Космический змей», которые были переведены на семнадцать языков.

Рафаэль Чанчари Пизури родился в 1962 году в коренной общине под названием Чакатан в провинции Датем-дель-Мараньон в регионе Лорето в Перу. Первые пятнадцать лет своей жизни он говорил только на своем родном языке шави. Затем он пошел в школу и выучил испанский язык. Он стал настолько опытным, что его выбрали для обучения испанскому языку других людей шави. Несколько лет спустя недавно созданная двуязычная образовательная программа для коренных народов искала человека шави, который мог бы преподавать на языке шави; и поэтому в возрасте тридцати двух лет Рафаэль Чанчари отправился в Икитос, в 450 километрах от своей родины, чтобы обучать молодых учителей шави их собственному языку и культуре. По сей день он живет в Икитосе и продолжает работать учителем местных учителей. Попутно он также стал медиком, специалистом, лечащим людей с помощью местной медицины. Он ухаживает за большим садом лекарственных растений недалеко от Икитоса.

ИЗДАТЕЛЬСТВО **NEW WORLD LIBRARY** занимается публикацией книг и других средств массовой информации, которые вдохновляют и побуждают нас улучшать качество нашей жизни и мира.

Мы социально и экологически сознательная компания. Мы признаем, что несем этическую ответственность перед нашими читателями, нашими авторами, нашими сотрудниками и нашей планетой.

Мы служим нашим читателям, создавая лучшие из возможных публикаций о личностном росте, творчестве, духовности, благополучии и других областях, приобретающих все большее значение. Мы помогаем нашим авторам, работая с ними над созданием и продвижением качественных книг, которые достигают широкой аудитории. Мы предоставляем сотрудникам Библиотеки Нового Света щедрые льготы, значительное участие в прибыли и постоянное поощрение к осуществлению их самых масштабных мечтаний.

Когда это возможно, мы печатаем наши книги чернилами на основе сои на 100-процентной переработанной бумаге. Мы питаем наши офисы солнечной энергией и помогаем некоммерческим организациям, работающим над тем, чтобы сделать мир лучше для всех нас.

Наша продукция доступна везде, где продаются книги. Посетите наш веб-сайт, чтобы загрузить наш каталог, подпишитесь на нашу электронную рассылку новостей, прочитайте наш блог и дайте ссылки на веб-сайты авторов, видео и подкасты.

customerservice@newworldlibrary.com

Телефон: 415-884-2100 или 800-972-6657

Заказы: Доп. 110 • Запросы каталога: Доп. 110

Факс: 415-884-2199

www.newworldlibrary.com